

## Ежедневное меню на 17.12.25г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

1-3 года

День: среда

Неделя: 1

| Прием пищи, наименование блюда          | Выход<br>(гр) | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Пищевые вещества (г) |       |        | Витамины<br>(мг) |
|-----------------------------------------|---------------|--------------------------------------|----------------------|-------|--------|------------------|
|                                         |               |                                      | Б                    | Ж     | У      | С                |
| Завтрак                                 |               |                                      |                      |       |        |                  |
| Суп молочный с макаронными<br>изделиями | 150           | 120,15                               | 4,32                 | 4,86  | 14,78  | 0,68             |
| Чай с сахаром                           | 180           | 34,20                                | 0,18                 | 0,09  | 8,37   |                  |
| Хлеб пшеничный                          | 25            | 117,00                               | 3,80                 | 0,40  | 24,60  |                  |
| Масло сливочное (порциями)              | 5             | 33,05                                | 0,04                 | 3,63  | 0,07   |                  |
|                                         | 360           | 304,40                               | 8,34                 | 8,98  | 47,82  | 0,68             |
| Второй завтрак                          |               |                                      |                      |       |        |                  |
| Сок фруктовый                           | 150           | 64,50                                | 0,75                 | 0,15  | 15,15  | 3,00             |
|                                         | 150           | 64,50                                | 0,75                 | 0,15  | 15,15  | 3,00             |
| Обед                                    |               |                                      |                      |       |        |                  |
| Рассольник ленинградский                | 150           | 137,10                               | 8,74                 | 9,05  | 5,21   | 3,03             |
| Каша рисовая рассыпчатая                | 110           | 148,92                               | 2,62                 | 3,44  | 26,88  |                  |
| Запеканка из печени                     | 50            | 120,63                               | 12,19                | 5,88  | 4,75   | 2,50             |
| Компот из смеси сухофруктов             | 180           | 75,60                                | 0,54                 | 0,09  | 18,09  | 0,18             |
| Хлеб ржаной                             | 40            | 82,40                                | 3,20                 | 0,60  | 16,04  |                  |
|                                         | 530           | 564,65                               | 27,29                | 19,06 | 70,97  | 5,71             |
| Полдник                                 |               |                                      |                      |       |        |                  |
| Снежок                                  | 150           | 124,50                               | 3,90                 | 4,80  | 16,50  |                  |
| Батон                                   | 50            | 130,50                               | 3,75                 | 1,45  | 25,70  |                  |
|                                         | 200           | 255,00                               | 7,65                 | 6,25  | 42,20  | 0,00             |
| Ужин                                    |               |                                      |                      |       |        |                  |
| Рагу из овощей и мяса                   | 200           | 231,20                               | 13,60                | 13,60 | 13,60  | 5,76             |
| Чай с сахаром                           | 180           | 34,20                                | 0,18                 | 0,09  | 8,37   |                  |
| Хлеб пшеничный                          | 25            | 117,00                               | 3,80                 | 0,40  | 24,60  |                  |
|                                         | 405           | 382,40                               | 17,58                | 14,09 | 46,57  | 5,76             |
| Всего за день                           | 1645          | 1570,95                              | 61,61                | 48,53 | 222,71 | 15,15            |

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова