Ежедневное меню на 09.02.2026г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима **День:** понедельник

1-3 года **Неделя:** 1

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энерге-тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	150,75	4,50	3,98	23,03	0,30
Кофейный напиток	180	56,70	1,26	1,08	10,26	0,27
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Сыр полутвердый (порциями)	8	28,64	18,56	23,60		0,56
	363	**353,09**	**28,12**	**29,06**	**57,89**	**1,13**
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						
Суп картофельный с крупой	150	58,65	1,81	3,02	5,88	3,30
Макаронные изделия отварные	110	135,30	4,07	3,63	21,67	
Фрикадельки в соусе (С)	50	11,34	0,45	0,01	2,22	4,14
Компот из смеси сухофруктов	150	63,00	0,45	0,08	15,07	0,15
Хлеб ржаной	30	103,00	4,00	0,75	20,05	
	490	**371,29**	**10,78**	**7,49**	**64,89**	**7,59**
Полдник						
Печенье	50	207,50	3,75	4,90	37,20	
Чай с молоком	150	48,00	1,20	0,98	8,63	0,23
	200	**255,50**	**4,95**	**5,88**	**45,83**	**0,23**
Ужин						
Омлет натуральный (м/р)	150	130,01	7,01	10,62	1,76	0,26
Салат картофельный с зеленым	50	50,00	1,25	3,15	4,15	4,40
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
	405	**331,21**	**12,24**	**14,26**	**38,88**	**4,66**
Всего за день	**1608**	**1375,59**	**56,84**	**56,84**	**222,64**	**16,61**

Директор Х.С.Муниров Технолог А.Я.Мансурова