Ежедневное меню на 11.02.2026г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима **День:** среда

3-7 лет **Неделя:** 1

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энерге-тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	144,18	5,18	5,83	17,73	0,81
Хлеб пшеничный	30	140,40	4,56	0,48	29,52	
Масло сливочное (порциями)	10	66,10	0,08	7,26	0,14	
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
	400	**384,88**	**10,00**	**13,66**	**55,76**	**0,81**
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	180	164,52	10,49	10,85	6,25	3,64
Каша рисовая рассыпчатая	130	176,00	3,10	4,06	31,76	
Запеканка из печени	70	168,88	17,06	8,23	6,65	3,50
Компот из смеси сухофруктов	180	75,60	0,54	0,09	18,09	0,18
Хлеб ржаной	50	103,00	4,00	0,75	20,05	
	610	**688,00**	**35,19**	**23,98**	**82,80**	**7,32**
Полдник						
Снежок	200	166,00	5,20	6,40	22,00	
Батон	50	130,50	3,75	1,45	25,70	
	250	**296,50**	**8,95**	**7,85**	**47,70**	**0,00**
Ужин						
Рагу из овощей и мяса	220	254,32	14,96	14,96	14,96	6,34
Чай с сахаром	200	38,00	0,20	0,10	9,30	
Хлеб пшеничный	30	140,40	4,56	0,48	29,52	
	450	**432,72**	**19,72**	**15,54**	**53,78**	**6,34**
Всего за день	**1860**	**1866,60**	**74,61**	**61,18**	**255,19**	**17,47**

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