Ежедневное меню на 12.02.2026г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима **День:** четверг

1-3 года **Неделя:** 1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энерге-тическая ценность	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	150	157,43	4,55	4,83	22,86	1,01
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Сыр полутвердый (порциями)	8	28,64	18,56	23,60		0,56
Какао с молоком	180	84,60	2,97	2,61	12,42	0,63
	363	**387,67**	**29,88**	**31,44**	**59,88**	**2,20**
Второй завтрак						
Яблоко	100	44,00	0,40	0,40	9,80	7,00
	100	**44,00**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**7,00**
Обед						
Суп с макаронными изделиями и	150	312,90	14,25	15,36	28,94	9,12
Каша гречневая рассыпчатая	110	177,59	6,24	4,66	27,65	
Соус томатный	20	346,00	6,33	21,87	30,67	7,33
Котлеты, биточки или шницели из	50	142,14	10,00	9,00	5,36	0,43
Напиток из шиповника	150	58,50	0,50	0,20	13,73	60,00
Хлеб ржаной	40	82,40	3,20	0,60	16,04	
	520	**1119,53**	**40,52**	**51,69**	**122,39**	**76,88**
Полдник						
Вафли	50	270,50	1,95	15,30	31,25	
Компот из смеси сухофруктов	150	63,00	0,45	0,08	15,07	0,15
	200	**333,50**	**2,40**	**15,38**	**46,32**	**0,15**
Ужин						
Ватрушки с повидлом	150	332,01	7,00	2,80	69,60	
Винегрет	50	44,00	0,80	3,10	3,30	3,10
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
	405	**527,21**	**11,78**	**6,39**	**105,87**	**3,10**
Всего за день	**1588**	**2411,91**	**84,98**	**105,30**	**344,26**	**89,33**

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