Ежедневное меню на 17.02.2026г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима **День:** вторник

1-3 года **Неделя:** 2

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энерге-тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)
			Б	Ж	У	С
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	170	173,33	5,16	5,47	25,91	1,14
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Масло сливочное (порциями)	5	33,05	0,04	3,63	0,07	
Кофейный напиток	150	47,25	1,05	0,90	8,55	0,22
	350	**370,63**	**10,05**	**10,40**	**59,13**	**1,36**
Второй завтрак						
Яблоко	100	66,00	0,60	0,60	14,70	10,50
	100	**66,00**	**0,60**	**0,60**	**14,70**	**10,50**
Обед						
Щи из свежей капусты	150	44,85	0,92	0,90	2,26	5,98
Пюре из гороха с маслом	110	156,68	11,80	2,68	21,30	
Птица отварная (кура)	50	87,00	8,10	6,00	0,15	0,20
Компот из смеси сухофруктов	150	63,00	0,45	0,08	15,07	0,15
Хлеб ржаной	30	61,80	2,40	0,45	12,03	
	490	**413,33**	**23,67**	**10,11**	**50,81**	**6,33**
Полдник						
Батон	50	130,50	3,75	1,45	25,70	
Кефир	150	75,75	4,35	3,75	6,00	1,05
	200	**206,25**	**8,10**	**5,20**	**31,70**	**1,05**
Ужин						
Рагу из овощей (2-й вариант)	150	127,51	2,85	6,45	14,03	9,00
Суфле рыбное	50	56,00	7,00	3,00	1,50	0,25
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
	405	**334,71**	**13,83**	**9,94**	**48,50**	**9,25**
Всего за день	**1545**	**1390,92**	**56,25**	**36,25**	**204,84**	**28,50**

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