Ежедневное меню на 16.03.26г.

ООО "Гурман" Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Рацион: Колокольчик 1-3 **Неделя:** 2 **День:** понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-3						
	Каша пшенная вязкая	150	6,15	4,83	27,66	179,56
	Какао с молоком	160	2,48	2,18	10,35	78
	Хлеб пшеничный	30	4,09	1,2	25,6	95,43
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	96
Итого за Завтрак 1-3		350	12,8	15,48	63,74	448,99
2 Завтрак 1-3						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
Итого за 2 Завтрак 1-3		100	0,4	0,4	9,8	44
Обед 1-3						
	Рассольник ленинградский	150	8,74	9,05	5,21	137,1
	Плов из отварной птицы (д/с)	110	7,38	4,92	14,88	133,8
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,08	15,08	63
	Свекла отварная	30				
	Хлеб ржаной	30	2	0,22	12	30,78
Итого за Обед 1-3		470	18,57	14,27	47,17	364,68
Полдник 1-3						
	Чай с сахаром	150	0,15	0,08	6,98	28,5
	Батон	50	3,75	1,45	25,7	143
Итого за Полдник 1-3		200	3,9	1,53	32,68	171,5
Ужин 1-3						
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,18	10,63	17,73	144,18
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0,61		3,87	19,8
	Джем/варенье	20				
	Хлеб пшеничный	20	3,95	0,5	21,05	119,29
Итого за Ужин 1-3		400	9,74	11,13	42,65	283,27
Итого за день		1 520	45,41	42,81	196,04	1 312,44

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