

## Ежедневное меню на 01.11.2024г.

ООО "Гурман"

сезон: осень-зима

1-3 года

День: пятница

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюда	Выход (гр)	Энергетическая	Пищевые вещества (г)			Витамин
			Б	Ж	У	С
<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная жидкая	150	175,32	5,46	5,44	26,14	0,95
Масло сливочное (порциями)	5	33,05	0,04	3,63	0,07	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
Какао с молоком	180	84,60	2,96	2,60	12,42	0,62
	<b>360</b>	<b>409,97</b>	<b>12,26</b>	<b>12,07</b>	<b>63,23</b>	<b>1,57</b>
<b>Второй завтрак</b>						
Сок фруктовый	150	64,50	0,75	0,15	15,15	3,00
	<b>150</b>	<b>64,50</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с бобовыми	150	69,45	3,78	2,15	8,76	2,85
Каша гречневая рассыпчатая	110	177,59	6,24	4,67	27,65	
Оладьи из печени по-кунцевски	50	86,50	8,50	2,65	7,00	3,35
Соус томатный	20	346,00	6,33	21,87	30,67	7,33
Компот из свежих плодов и ягод	150	34,50	0,08	0,08	8,33	0,45
Хлеб ржаной	30	103,00	4,00	0,75	20,05	
	<b>510</b>	<b>817,04</b>	<b>28,93</b>	<b>32,17</b>	<b>102,46</b>	<b>13,98</b>
<b>Полдник</b>						
Булочка домашняя	50	157,50	3,50	5,58	23,17	
Чай с сахаром	150	28,50	0,15	0,08	6,98	
	<b>200</b>	<b>186,00</b>	<b>3,65</b>	<b>5,66</b>	<b>30,15</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>						
Запеканка из творога	160	310,40	25,44	12,32	24,00	
Соус молочный сладкий	40	1128,00	32,00	64,26	105,34	3,20
Чай с сахаром	180	34,20	0,18	0,09	8,37	
Хлеб пшеничный	25	117,00	3,80	0,40	24,60	
	<b>405</b>	<b>1589,60</b>	<b>61,42</b>	<b>77,07</b>	<b>162,31</b>	<b>3,20</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1625</b>	<b>3067,11</b>	<b>107,01</b>	<b>127,12</b>	<b>373,30</b>	<b>21,75</b>

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова