

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 06 сентября 2023 года



Утверждаю:

№ рел.	Наименование блюд	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины											
				белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	A	B1	C					
	Завтрак																		
182	Каша овсяная вязкая с маслом	155(150/5)	10,00	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97					
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	6,53	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1					
411	Чай с сахаром	200	3,20	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0					
	Итого завтрак:	415	19,73	12,95	16,46	57,72	435,97	255,26	64,31	300,39	2,13	0,1	0,24	1,07					
	Обед																		
42	Салат из моркови	50	5	0,62	0,05	5,47	23,88	12,96	18,24	26,4	0,34	0,96	0,03	2,4					
62	Борщ со свежей капустой	180	5,80	1,08	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,58					
299/372	Биточки рубленые со сметанным соусом	75(60/15)	32	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,59	0,2					
330	Каша пшеничная рассыпчатая	140	9,50	6,16	4,65	33,63	204,14	22,45	31,94	140,38	2,35	0,02	0,11	0					
390	Компот из свежих груш	180	6	0,14	0,11	21,38	83,34	6,84	4,32	5,76	0,83	0	0,01	1,8					
	Хлеб пшеничный	30	1,92	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0					
	Хлеб Цивильный	30	1,92	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00					
	Итого за обед:	685	62,64	18,95	25,75	106,22	733,71	105,67	92,7	326,73	5,89	1,18	3,99	11,98					
	Подлник																		
437	Пирожки печеные с картофелем	70	15	5,2	3,74	31,51	181,97	29,2	13,83	65,76	0,77	0,03	0,1	4,99					
420	Ряженка	200,00	15	6,00	5,00	8,40	102,00	372,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,90					
386	Мацарины	100	20	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38					
	Итого:	370	50	12	9,04	48,01	323,97	436,2	53	358,76	1,17	60,04	0,22	43,89					

Повар _____
Медсестра _____