

Согласовано:  
Директор

Дата: \_\_\_\_\_ г.

**МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 25 сентября 2023 года**



Директор ООО «Вкусно и Полезно»  
Санзаяпов Р.Ш.

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность						Минеральные вещества и витамины										
				белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	A	B1	C						
	<b>Завтрак</b>																			
182	Каша вязкая ячневая с маслом сливочным	205(200/5)	17,10	7,47	7,4	36,5	240,73	155,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3						
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	7,80	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00						
413	Чай с молоком	180	5,0	2,53	2,9	14,22	90,1	87,48	12,6	63,99	0,09	0,02	0,03	0,81						
	<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>29,90</b>	<b>12,36</b>	<b>18,79</b>	<b>65,38</b>	<b>477,03</b>	<b>251,52</b>	<b>52,93</b>	<b>329,9</b>	<b>1,35</b>	<b>0,1</b>	<b>0,18</b>	<b>2,11</b>						
	<b>Обед</b>																			
34	Салат из свежкы	60	2,4	0,81	3,65	4,72	53,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0	0,01	5,7						
90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	7	4,89	2,71	14,64	104,25	23,79	29,91	101,3	1,16	0,25	0,12	16,09						
322/372	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	95(75/20)	34,70	13,79	12,24	13,77	132,85	28,47	8,45	25,68	0,43	0,02	0,04	0,14						
335	Макаронны отварные	150	6,79	1,85	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0						
401	Кисель из повидла	200	5,50	0,07	0,00	28,92	109,81	5,05	1,28	5,36	0,21	0,00	0,00	0,07						
	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						
	<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>60,23</b>	<b>25,73</b>	<b>23,41</b>	<b>99,84</b>	<b>635,93</b>	<b>89,68</b>	<b>62,95</b>	<b>204,59</b>	<b>3,56</b>	<b>0,29</b>	<b>0,42</b>	<b>22</b>						
	<b>Подник</b>																			
441	Ватрушки с повидлом	70	8,40	4,71	2,49	48,41	232,66	15,08	9,23	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17						
420	Кефир	200	14	5,6	5	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4						
386	Мандарины	100	25	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38						
	<b>Итого:</b>	<b>370</b>	<b>47,40</b>	<b>11,11</b>	<b>7,79</b>	<b>64,51</b>	<b>372,66</b>	<b>290,08</b>	<b>48,23</b>	<b>254,23</b>	<b>1,33</b>	<b>0,06</b>	<b>0,19</b>	<b>39,57</b>						

Повар \_\_\_\_\_  
Медсестра \_\_\_\_\_