

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 18.10.2023 года

№ рел.	Наименование блюда	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)	11,71	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)	14,00	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	28,91	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	4	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	7,20	1,08	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,58					
299/372	Выпечки рублиные со сметанным соусом	75(60/15)	34,75	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	65,29	18,95	25,75	106,22	733,71	105,67	92,7	326,73	5,89	1,18	3,99	11,98					
	Подливки																		
437	Пирожки печенные с картофелем	70	5	5,2	3,74	31,51	181,97	29,2	13,83	65,76	0,77	0,03	0,1	4,99					
420	Йогурт (бифилайф)	200,00	15,20	6,00	5,00	8,40	102,00	372,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,90					
386	Магдарины	100	32,40	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38					
	Итого:	370	52,60	12	9,04	48,01	323,97	436,2	53	358,76	1,17	60,04	0,22	43,89					

Повар _____
Медсестра _____

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит Вкусно и Полезно"
Санзяпов Р.Ш.
г. _____

«Общепит Вкусно и Полезно»
ООО
ИНН 2100073838
ОГРН 502100003838

Дата: _____