

Согласовано:
Директор

Директор ООО "Общество Вкусно и Полезно"
Санзяпов Р.Ш.

Дата: _____ г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 20.10.2023 года

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность						Минеральные вещества и витамины									
				белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	A	В1	C					
	Завтрак																		
182	Каша перловая вязкая с маслом	155(150/5)	10	5,33	6,51	30,62	200,26	102,83	23,58	174,81	0,68	0,04	0,05	0,97					
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	13,50	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1					
414	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	3,2	2,73	16,09	106,44	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3					
	Итого завтрак:	415	34,38	15,06	17,27	66,19	493,3	364,03	48,43	367,31	1,38	0,12	0,14	2,37					
	Обед																		
21	Салат из белокочанной капусты	50	3,0	0,75	2,54	4,51	43,15	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,2					
82	Расолыник Ленинградский	200	6,0	1,79	4,47	13,52	103,75	17,28	21,08	59,8	0,78	0,22	0,03	6,04					
304/372	Тфтели мясные из говядины со сметанным соусом	140(70/70)	34,75	8,72	9,13	10,95	157,23	20,78	13,53	88	1,21	0,01	0,04	0					
354	Капуста тушеная	150	8,50	2,95	4,85	13,62	107,88	85,06	28,23	56,83	1,07	0,09	0,04	26,11					
394	Компот из сухофруктов	180	5,0	0,41	0	23,19	90,76	0	0	0	0	0	0	0					
	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 Пивильный	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:	780	61,09	18,94	21,62	92,58	647,67	152,77	79,55	253,47	4,01	0,42	0,35	50,35					
	Подник																		
432	Оладьи с повидлом	65(60/5)	8,40	4,82	4,69	29,52	180,09	48,74	10,78	63,69	0,55	0,01	0,07	0,47					
420	Йогурт (Биолайф)	180	18,24	5,04	4,5	19,8	91,19	212,4	28,8	172,8	0	36	0,05	1,8					
386	Яблоко свежие	100	7,8	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4					
	Итого:	345	34,44	10,26	9,59	59,12	316,28	261,14	41,58	244,49	1,55	36,02	0,15	6,27					

Повар _____
Медсестра _____