

Согласовано:
Директор _____

Дата: _____ г.

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



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 01.11.2023 года

№ рецеп.	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	Биточки рубленые 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 Пшеничный	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						
	Полдник																			
437	Пирожки печеные 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	Мандарины	100	15,00	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38						
	Итого:	370	35,20	12	9,04	48,01	323,97	436,2	53	358,76	1,17	60,04	0,22	43,89						

Повар _____
Медсестра _____