

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО Директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

**Меню на 09.11.2023 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения**

Утверждаю:  
 Директор ООО «Общепит «Вкусно и Полезно»»  
 Санзаянов Р. Ш.  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

№ 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 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	
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,39	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00	
412	Чай с лимонном	180	3,20	0,12	0,02	10,20	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	1,93	
	<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>23,30</b>	<b>8,83</b>	<b>16,92</b>	<b>52,00</b>	<b>393,67</b>	<b>124,73</b>	<b>58,50</b>	<b>221,61</b>	<b>1,92</b>	<b>0,08</b>	<b>0,22</b>	<b>2,90</b>	
<b>Обед</b>															
21	Салат из белокочанной капусты	40	3	0,59	2,03	3,59	34,43	16,23	6,57	11,98	0,22	0,08	0,01	14,4	
72	Пиццa из свежей капусты	180	5,60	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,15	0,02	16,64	
299/372	Выпечка рубленые со сметанным соусом	75(60/15)	31	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,59	0,20	
330	Каша гречневая рассыпчатая	110	8,63	6,30	4,76	30,94	194,96	10,86	99,55	149,46	3,34	0,02	0,15	0,00	
394	Компот из сухофруктов	150	4	0,34	0,00	19,33	75,63	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07	
	Хлеб пшеничный	30	1,92	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	4,20	19,50	0,33	0,00	0,03	0,00	
	Хлеб Цивильный	30	1,92	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,02	0,00	
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>56,07</b>	<b>19,46</b>	<b>27,78</b>	<b>96,05</b>	<b>721,93</b>	<b>98,35</b>	<b>143,50</b>	<b>317,86</b>	<b>5,91</b>	<b>0,27</b>	<b>3,82</b>	<b>31,31</b>	
<b>Подливки</b>															
437	Пирожки печенье с каршофелем	70	5	5,20	3,74	31,51	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99	
420	Простокваша (бифилайф)	150	15,20	4,20	3,75	16,50	75,99	177,00	24,00	144,00	0,00	30,00	0,04	1,50	
386	Мацарини	95	15,00	0,76	0,29	7,70	38,00	33,25	10,45	16,15	0,09	0,01	0,06	36,10	
	<b>Итого:</b>	<b>315,00</b>	<b>35,20</b>	<b>10,16</b>	<b>7,78</b>	<b>55,71</b>	<b>295,96</b>	<b>239,45</b>	<b>48,28</b>	<b>225,91</b>	<b>0,86</b>	<b>30,04</b>	<b>0,26</b>	<b>42,59</b>	

Повар \_\_\_\_\_

Мелдестра \_\_\_\_\_