

Согласовано:  
Директор

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Директор ООО "Объединит Вкусно и Полезно"  
С.И. Санзипов Р.Ш.

**МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 04.11.2023 года**



| № п/п   | Наименование блюд                             | вес блюда   | Цена, руб.   | Пищевая ценность |              |              |               |               |              |               |             |              |             |              |  |  |  |  |  |  |
|---------|---|-------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--|--|--|--|--|--|
|         |   |             |              | белки            | жиры         | углеводы     | ккал          | Са            | Мг           | Р             | Fe          | A            | B1          | C            |  |  |  |  |  |  |
|         | <b>Завтрак</b>                                |             |              |                  |              |              |               |               |              |               |             |              |             |              |  |  |  |  |  |  |
| 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          |  |  |  |  |  |  |
|         | <b>Итого завтрак:</b>                         | <b>415</b>  | <b>34,38</b> | <b>15,06</b>     | <b>17,27</b> | <b>66,19</b> | <b>493,3</b>  | <b>364,03</b> | <b>48,43</b> | <b>367,31</b> | <b>1,38</b> | <b>0,12</b>  | <b>0,14</b> | <b>2,37</b>  |  |  |  |  |  |  |
|         | <b>Обед</b>                                   |             |              |                  |              |              |               |               |              |               |             |              |             |              |  |  |  |  |  |  |
| 21      | Салат из мелкоочинной 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      | Расолющик 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 | Тфриси 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     | Канюста 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 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>780</b>  | <b>61,09</b> | <b>18,94</b>     | <b>21,62</b> | <b>92,58</b> | <b>647,67</b> | <b>152,77</b> | <b>79,55</b> | <b>253,47</b> | <b>4,01</b> | <b>0,42</b>  | <b>0,35</b> | <b>50,35</b> |  |  |  |  |  |  |
|         | <b>Подлинка</b>                               |             |              |                  |              |              |               |               |              |               |             |              |             |              |  |  |  |  |  |  |
| 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     | Яблоки свежие                                 | 100         | 7,80         | 0,4              | 0,4          | 9,8          | 45            | 10            | 2            | 8             | 1           | 0,01         | 0,03        | 4            |  |  |  |  |  |  |
|         | <b>Итого:</b>                                 | <b>345</b>  | <b>34,44</b> | <b>10,26</b>     | <b>9,59</b>  | <b>59,12</b> | <b>316,28</b> | <b>261,14</b> | <b>41,58</b> | <b>244,49</b> | <b>1,55</b> | <b>36,02</b> | <b>0,15</b> | <b>6,27</b>  |  |  |  |  |  |  |

гра