

Согласовано:
 Директор _____
 (ФИО Директора)
 Дата: _____ г.

Меню на 23.11.2023 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения



Утверждаю:
 Директор ООО «Общепит Вкусно и Полезно»
 Санзаятов 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				
	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				
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 лимоном	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				
	Итого:	375	23,30	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	58,50	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90				
	Обед																	
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	Пи 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	Виточки рубленные 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 Цивильский	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				
	Итого:	615	56,07	19,46	27,78	96,05	721,93	98,35	143,50	317,86	5,91	0,27	3,82	31,31				
	Подливки																	
437	Пирожки печеные с картофелем	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	Прогретьяш (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	Мансариньы	95	16,53	0,76	0,29	7,70	38,00	33,25	10,45	16,15	0,09	0,01	0,06	36,10				
	Итого:	315,00	36,73	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	30,04	0,26	42,59				

Повар _____

Медсестра _____