

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

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

**Меню на 22.11.2023 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения**

№ реч.	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 рисовая вязкая с маслом	155(150/5)	14,0	6,1	7,24	39,71	246,64	122,38	36	156,53	0,55	0,04	0,04	0,06	1,29			
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	0,04	0,03	0,00			
414	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	3,16	2,73	14,31	97,24	120	14	90	0,1	0,02	0,02	0,04	1,3			
	<b>Итого :</b>	<b>445</b>	<b>33,27</b>	<b>11,62</b>	<b>18,46</b>	<b>68,68</b>	<b>490,08</b>	<b>250,78</b>	<b>54,2</b>	<b>269,03</b>	<b>1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,13</b>	<b>2,59</b>				
	<b>Обед</b>																	
42	Салат из моркови	60	4	0,75	0,06	6,57	28,65	15,55	21,89	31,68	0,4	1,15	0,03	2,88				
88	Суп картофельный с вермишелью	200	4,97	2,11	2,22	16,37	95,66	12,16	19,24	50,8	0,79	0,22	0,08	11,88				
299/372	Пшеница ругеный со сметанным соусом	100(70/30)	34,75	7,95	19,88	13,17	257,15	32,89	18,41	108,73	1,23	0,03	4,25	0,25				
332	Рис отварной	150	13,81	3,67	4,66	35,86	187,09	2,19	19,17	61,44	0,52	0,02	0,03	0				
390	Компот из свежих яблок	180	6,36	0,14	0,14	21,49	84,42	3,6	0,72	2,88	0,36	0	0,01	1,44				
	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>750</b>	<b>67,73</b>	<b>18,94</b>	<b>27,59</b>	<b>120,25</b>	<b>797,87</b>	<b>75,54</b>	<b>87,86</b>	<b>289,25</b>	<b>3,98</b>	<b>1,42</b>	<b>4,63</b>	<b>16,45</b>				
	<b>Подлинк:</b>																	
251/369	Запеканка из творога с молочным соусом	150(115/35)	26,40	20,86	7,05	22,89	239,79	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81				
419	Молоко кипяченое	180	13,20	5,29	4,80	8,82	87,05	216,00	25,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34				
	Хлеб пшеничный	15	0,96	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0				
386	Апельсин	100	16,80	0,9	0,2	8,1	40	34	13,83	23	0,3	0,01	0,04	60				
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>57,36</b>	<b>28,19</b>	<b>12,17</b>	<b>47,1</b>	<b>402,54</b>	<b>399,47</b>	<b>46,82</b>	<b>323,93</b>	<b>1,14</b>	<b>0,11</b>	<b>0,2</b>	<b>63,15</b>				

Повар \_\_\_\_\_

Мелестра \_\_\_\_\_