Согласовано:
Директор
_____
Дата:_____г.

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

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 01.12.2023 года

№ рец.	Наименование блюд	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
	Завтрак													
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)	14,47	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
	Итого завтрак:	**415**	**34,38**	**15,06**	**17,27**	**66,19**	**493,3**	**364,03**	**48,43**	**367,31**	**1,38**	**0,12**	**0,14**	**2,37**
	Обед													
21	Салат из белокочанной 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	Рассольник 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	Тефтели 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	Капуста тушеная	150	9,49	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	5,46	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
	Итого:	**780**	**62,54**	**18,94**	**21,62**	**92,58**	**647,67**	**152,77**	**79,55**	**253,47**	**4,01**	**0,42**	**0,35**	**50,35**
	Полдник													
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 (бифилайф)	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
	Итого:	**345**	**34,44**	**10,26**	**9,59**	**59,12**	**316,28**	**261,14**	**41,58**	**244,49**	**1,55**	**36,02**	**0,15**	**6,27**

Повар _____
Медсестра_____