

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



Утверждаю:
 Директор ООО "Общество Вкусно и Полезно"
 Санзянов Р. Ш.
 Дата: 19.12.2023 г.

Меню на 19.12.2023 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

| № рецепта | Наименование блюда | вес блюда | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | | | | Минеральные вещества и витамины | | | | | | |
|-----------|---|-------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|--|
| | | | | белки | жиры | углеводы | ккал | Са | Мг | Р | Fe | A | B1 | C | | |
| 182 | Завтрак Каши гречневая вязкая с маслом | 205(200/5) | 19,20 | 8,62 | 8,29 | 37,6 | 236,88 | 128,91 | 102,96 | 223,36 | 3,09 | 0,04 | 0,17 | 1,3 | | |
| 2 | Бутерброд с повидлом | 55(20/5/30) | 9,28 | 2,42 | 4,36 | 28,38 | 161,8 | 9,6 | 6 | 24,6 | 0,42 | 0,03 | 0,04 | 0,48 | | |
| 416 | Какао с молоком | 180 | 11,18 | 3,78 | 3,34 | 16,04 | 102,7 | 134,56 | 23,9 | 112,1 | 0,55 | 0,02 | 0,05 | 1,43 | | |
| | Итого: | 440 | 39,66 | 14,82 | 15,99 | 82,02 | 521,38 | 273,07 | 132,86 | 360,06 | 4,06 | 0,09 | 0,26 | 3,21 | | |
| 46 | Обед Винегрет овощной | 50 | 3,35 | 0,66 | 3,07 | 3,95 | 46,15 | 11,03 | 9,86 | 21,33 | 0,41 | 0,15 | 0,03 | 4,9 | | |
| 87 | Суп картофельный с горохом | 180 | 4,5 | 3,66 | 3,84 | 14 | 106,44 | 21,08 | 25,38 | 62,55 | 1,45 | 0,22 | 0,16 | 7,53 | | |
| 305/372 | Фрикадельки мясные в сметанном соусе | 120(60/60) | 30 | 9,41 | 7,67 | 8,67 | 137,53 | 32,58 | 13,94 | 105,18 | 1,39 | 0,02 | 0,05 | 0,63 | | |
| 339 | Пюре картофельное | 130 | 7,14 | 2,76 | 7,1 | 17,2 | 143,51 | 32,34 | 24,13 | 71,69 | 0,86 | 0,15 | 0,12 | 4,52 | | |
| 390 | Компот из свежих груш | 180 | 10,49 | 0,14 | 0,11 | 21,39 | 83,34 | 6,84 | 4,32 | 5,76 | 0,83 | 0 | 0,01 | 1,8 | | |
| | 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 Целинный | 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: | 720 | 59,32 | 20,95 | 22,42 | 92 | 661,86 | 113,02 | 86,06 | 300,23 | 5,62 | 0,54 | 0,6 | 19,38 | | |
| | Подлинник | | | | | | | | | | | | | | | |
| 229 | Омлет натуральный | 150(140/10) | 32,41 | 14,08 | 25,01 | 2,87 | 290,91 | 109,83 | 18,2 | 242,7 | 2,7 | 0,34 | 0,08 | 0,52 | | |
| 412 | Чай с лимоном | 180 | 3,20 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 40,21 | 2,27 | 0,84 | 1,22 | 0,04 | 0 | 0 | 1,93 | | |
| | 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 | Бататы свежие | 100 | 16,00 | 1,5 | 0,1 | 21 | 89 | 8 | 42 | 28 | 0,6 | 0,02 | 0,04 | 10 | | |
| | Итого: | 445 | 52,57 | 16,84 | 25,25 | 41,36 | 455,82 | 123,1 | 63,14 | 281,67 | 3,51 | 0,36 | 0,14 | 12,45 | | |

Медсестра _____
 Повар _____