

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



Утверждаю:
 Директор ООО «Общепит Вкусно и Полезно»
 Р. Ш. Санзипов Р. Ш.
 Дата: 21.12.2023 г.

Меню на 21.12.2023 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рел.	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 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	Ши из свежей капусты	180	5,60	1,28	3,87	4,32	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,15	0,02	16,64	
299/372	Выпечка рублиные 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	5,46	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 Целинный	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	57,53	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	Простокваша (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	Мандарины	95	15,60	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	35,80	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	30,04	0,26	42,59	

Повар _____

Медсестра _____