

Директор

Дата: _____ г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 04.03.2024 года



Директор ООО «Объединит Вкусно и Полезно»

Савянов Р.Ш.

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	кккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
182	Завтрак Каша овсяная речная с маслом сливочным	205(200/5)	17,10	7,47	7,4	36,5	240,73	155,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00
413	Чай с молоком	180	5,0	2,53	2,9	14,22	90,1	87,48	12,6	63,99	0,09	0,02	0,03	0,81
	Итого:	425	31,04	12,36	18,79	65,38	477,03	251,52	52,93	329,9	1,35	0,1	0,18	2,11
	Обед													
42	Салат из моркови	50	2,23	0,62	0,05	5,47	23,88	12,96	18,24	26,4	0,34	0,96	0,03	2,4
90	Суп картофельный с рыбой и фрикадельками	200	7	4,89	2,71	14,64	104,25	23,79	29,91	101,3	1,16	0,25	0,12	16,09
322/372	Котлеты рубленные из птицы со сметанным соусом	95(75/20)	34,70	13,79	12,24	13,77	132,85	28,47	8,45	25,68	0,43	0,02	0,04	0,14
335	Макаронные отварные	150	6,45	1,85	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0
401	Кисель из яблок	200	5,50	0,07	0,00	28,92	109,81	5,05	1,28	5,36	0,21	0,00	0,00	0,07
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Пшеничный	30	1,98	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
	Итого:	765	59,84	25,73	23,41	99,84	635,93	89,68	62,95	204,59	3,56	0,29	0,42	22
	Полдник													
441	Ватрушки с повидлом	70	8,40	4,71	2,49	48,41	232,66	15,08	9,23	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17
420	Кефир	200	14	5,6	5	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4
386	Миндальный	100	18,00	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38
	Итого:	370	40,40	11,11	7,79	64,51	372,66	290,08	48,23	254,23	1,33	0,06	0,19	39,57

Пловар

Место: _____