

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Объединенный Вузово и Полезно"
 Санжонов Р. Ш.
 Дата: 05.03.2024 г.

Меню на 05.03.2024 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 питательные						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C			
182	Завтрак Каши гречневая вязкая с мясом	205(200/5)	19,20	8,62	8,29	37,6	256,88	128,91	102,96	223,36	3,09	0,04	0,17	1,3			
2	Бульбурбог с помидором	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	4,50	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	3,30	3,66	3,84	14	106,44	21,08	25,38	62,55	1,45	0,22	0,16	7,53			
305/17	Фрикадельки мясные в сметанном соусе	120(60/60)	30,00	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 фруктов	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	1,98	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 :	720	59,39	20,95	22,42	92	661,86	113,02	86,06	300,23	5,62	0,54	0,6	19,38			
229	Полдник Омлет картофельный	150(10/10)	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	Батиска свежие	100	15,00	1,5	0,1	21	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10			
	Итого:	445	51,57	16,84	25,25	41,36	455,82	123,1	63,14	281,67	3,51	0,36	0,14	12,45			

Меню составлено
 Попова _____