

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общество «Вушно и Полезно»
 Санзиев Р. Ш.
 Дата: 07.03.2024 г.

Меню на 07.03.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ п/п.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность						Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C		
182	Завтрак Каша овсяная вязкая с маслом	205(200/5)	11,71	7,91	9,54	29,11	231,37	148,51	65,54	246,08	1,85	0,04	0,23	1,3		
I	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,30	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00		
412	Чай с лимоном	180	3,30	0,12	0,02	10,20	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	1,93		
	Итого:	425	23,85	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	58,50	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90		
	Обед															
34	Салат из свежих овощей	60	2,61	0,81	3,65	4,72	53,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0,00	0,01	5,7		
72	Шуи из свежей капусты	180	5,60	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,15	0,02	16,64		
299(372)	Ватрушки рубленные 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	0,30		
330	Каша гречневая рассыпчатая	110	8,63	6,30	4,76	30,94	194,96	10,86	99,33	149,46	3,34	0,02	0,15	0,00		
394	Котлет из сухофруктов	150	4,50	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	1,98	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	4,30	19,50	0,33	0,00	0,01	0,00		
	Хлеб Целисийский	30	1,98	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,02	0,00		
	Итого:	615	56,30	19,46	27,78	96,05	721,93	98,35	143,80	317,86	5,91	0,27	3,82	31,31		
	Полдник															
437	Пирожок печеные с картошкой	70	5	5,30	3,74	31,51	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99		
420	Простокваша (биофильф)	150	15,20	4,30	3,75	16,50	75,99	177,00	24,00	144,00	0,00	30,00	0,04	1,50		
386	Магазарина	95	18,00	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	38,20	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	30,04	0,26	42,59		

Пловар _____

Медиестра _____