

Согласовано:  
Директор

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
Директор ООО "Общепит. Вкусно и Полезно"  
Санжолов Р.Ш.  
Дата: 13.03.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 13.03.2024 года

№ рек.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
<b>Завтрак:</b>														
182	Каша овсяная вязкая с маслом	155(150/5)	11,71	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	33,46	193,80	1,31	0,04	0,19	0,97
3	Булочка с сыром	60(30/15/5)	14,67	4,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,83	102,3	0,6	0,06	0,05	0,1
411	Чай с сахаром	200	3,20	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого завтрак:</b>		<b>415</b>	<b>29,58</b>	<b>12,95</b>	<b>16,46</b>	<b>57,72</b>	<b>435,97</b>	<b>255,26</b>	<b>64,31</b>	<b>396,09</b>	<b>2,13</b>	<b>0,1</b>	<b>0,24</b>	<b>1,07</b>
<b>Обед:</b>														
10	Суп из горошка зеленого консервированного	50	8,02	1,89	2,6	3,13	41,80	10,73	10,40	29,98	0,14	0,06	0,06	0,25
62	Борщ со свежей капустой	180	5,36	1,08	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,38
298/372	Пюре картофельное со сметаной соевая	75(60/15)	14,75	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,39	0,2
330	Каша пшеничная рассыпчатая	140	9,50	6,16	4,63	33,63	204,14	22,45	31,94	140,38	2,35	0,02	0,11	0
390	Компот из свежих фруктов	100	10,50	0,14	0,11	21,38	83,34	6,84	4,32	3,76	0,83	0	0,01	1,8
	Хлеб пшеничный	30	1,92	2,28	0,34	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Пшеничный	30	1,92	2,04	0,30	13,23	73,36	3,13	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>685</b>	<b>71,97</b>	<b>19,82</b>	<b>28,30</b>	<b>103,88</b>	<b>751,63</b>	<b>183,44</b>	<b>84,86</b>	<b>330,31</b>	<b>5,89</b>	<b>0,28</b>	<b>4,02</b>	<b>21,83</b>
<b>Вечер:</b>														
437	Пирожок печеный с картошкой	70	5	3,2	3,74	11,31	181,97	29,2	13,83	65,76	0,77	0,03	0,1	4,99
420	Пюре (бифидоф)	200,00	13,20	6,00	5,00	8,40	102,00	172,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,90
386	Макаронные	100	17,00	0,8	0,3	8,1	46	35	11	17	0,1	0,01	0,06	3,8
<b>Итого:</b>		<b>370</b>	<b>37,20</b>	<b>12</b>	<b>9,04</b>	<b>48,01</b>	<b>323,97</b>	<b>436,2</b>	<b>53</b>	<b>358,76</b>	<b>1,17</b>	<b>60,04</b>	<b>0,32</b>	<b>43,89</b>

Повар \_\_\_\_\_  
Медсестра \_\_\_\_\_