

Директор \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
 Директор ООО "Общество Вкусно и Полезно"  
 Санжалов Р.Ш.  
 Дата: 18.03.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 18.03.2024 года

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины														
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C								
<b>Завтрак</b>																						
182	Каша овсяная с маслом сливочным	205(200%)	17,10	7,47	7,4	36,3	240,73	155,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3								
1	Булочка с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,70	8,40	4,20	22,50	0,39	0,04	0,03	0,00								
413	Чай с лимоном	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								
	<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>31,04</b>	<b>12,36</b>	<b>18,79</b>	<b>65,38</b>	<b>477,03</b>	<b>251,52</b>	<b>52,93</b>	<b>329,9</b>	<b>1,35</b>	<b>0,1</b>	<b>0,18</b>	<b>2,11</b>								
<b>Обед</b>																						
13	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	10,70	0,38	3,68	1,85	43,84	16,05	10	18,25	0,46	0,02	0,02	11,86								
90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	7	4,89	2,71	14,64	104,25	23,39	29,91	101,3	1,16	0,25	0,12	10,09								
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	23,68	0,43	0,02	0,04	0,14								
335	Макаронные изделия	150	6,56	1,85	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0								
401	Кнели из говядины	200	3,50	0,07	0,09	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	14,38	71,4	6	4,2	19,3	0,33	0	0,01	0								
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,04	0,39	12,23	73,50	3,13	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00								
	<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>66,42</b>	<b>25,5</b>	<b>33,44</b>	<b>96,97</b>	<b>624,86</b>	<b>84,65</b>	<b>60,41</b>	<b>198,33</b>	<b>3,22</b>	<b>0,31</b>	<b>0,43</b>	<b>27,76</b>								
<b>Полдник</b>																						
441	Пирожки с повидлом	70	8,40	4,71	2,49	48,41	232,68	15,08	9,23	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17								
420	Кефир	200	14	5,6	3	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4								
380	Макаронны	100	17,00	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,3	0,01	0,00	38								
	<b>Итого:</b>	<b>370</b>	<b>39,40</b>	<b>11,11</b>	<b>7,79</b>	<b>64,51</b>	<b>372,66</b>	<b>290,08</b>	<b>48,23</b>	<b>254,23</b>	<b>1,33</b>	<b>0,06</b>	<b>0,19</b>	<b>39,57</b>								

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