

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Объединит Будущее и Полезно"
Самозянов Р.Ш.
Дата: 29.03.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 29.03.2024 года

№ рпц.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины														
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C								
Завтрак																						
182	Каша перловая вареная с маслом	155(150/5)	10,00	5,33	0,51	30,62	200,26	102,83	23,38	174,81	0,68	0,04	0,05	0,97								
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	14,47	4,53	3,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1								
414	Кефирный напиток с яблоком	200	10,88	3,2	2,71	16,09	106,44	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3								
Итого завтрак:		415	35,35	13,06	4,27	66,19	493,3	364,03	48,43	367,31	1,38	0,12	0,14	2,37								
Обед																						
34	Салат из свеклы	30	3,0	0,81	3,65	4,72	53,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0	0,01	5,7								
82	Рапсовый суп вегетарианский	200	7,0	1,79	4,47	13,52	103,75	17,28	21,08	59,8	0,78	0,22	0,03	4,04								
304372	Торт из яблок на гелевой со сметанным соусом	140(70/70)	14,75	8,72	9,13	10,95	157,23	26,78	13,53	88	1,21	0,01	0,04	0								
354	Каша рисовая	150	9,49	2,95	4,83	13,62	103,88	83,06	28,23	56,83	1,07	0,09	0,04	26,11								
394	Компот из сухофруктов	180	4,95	0,41	0	21,19	90,76	0	0	0	0	0	0	0								
	Хлеб пшеничный	30	1,96	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,3	0,33	0	0,03	0								
	Хлеб Пшеничный	30	1,98	2,04	0,19	12,21	73,50	3,13	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00								
Итого:		780	63,15	19	22,73	92,79	658,43	153,36	83,81	362,86	4,54	0,32	0,35	37,85								
Полдник																						
412	Омлет с овощами	65(60/5)	8,31	4,82	4,69	29,52	180,09	48,74	10,78	63,69	0,55	0,01	0,07	0,47								
420	Йогурт (биофильф)	180	18,24	5,04	4,3	19,8	91,19	212,4	28,8	172,8	0	36	0,05	1,8								
386	Желе из фруктов	100	8,5	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4								
Итого:		345	35,05	10,26	9,39	59,12	316,28	261,14	41,58	244,49	1,55	36,02	0,15	6,27								

Попар _____
Медсестра _____