

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

Утверждаю:
 Директор ГОУ «Общедетский Вкусно и Полезно»
 Санжалов Р. Ш.
 Дата: 02.04.2024 г.

Меню на 02.04.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, обучающихся дошкольные образовательные учреждения														
№ рецеп.	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 гречневая молочная с маслом	205(200/5)	19,20	8,62	8,29	37,6	256,88	128,91	102,96	223,36	3,89	0,04	0,17	1,3
2	Бутерброд с колбасой	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	Каша с яблоком	180	11,18	3,78	3,34	16,04	102,3	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	300,06	4,86	0,09	0,26	3,21
	Обед													
46	Винегрет овощной	50	4,50	0,66	3,07	3,95	46,15	11,03	9,86	21,31	0,41	0,13	0,03	4,9
87	Суп картофельный с горохом	180	3,30	3,66	3,84	14	106,44	21,08	25,38	62,35	1,45	0,22	0,16	7,53
305/37	Фруктовый салатик в сметанном соусе	120(60/60)	30,00	9,41	7,67	8,67	137,33	32,38	13,94	105,18	1,39	0,02	0,05	0,63
339	Пюре картофельное	130	7,14	2,76	7,1	17,2	143,55	32,34	24,13	71,69	0,86	0,15	0,12	4,37
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	0,29	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,60	0,20	0,09
	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
	Полдник													
229	Омлет натуральный	150(140/10)	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	Бананы свежие	100	15,00	1,3	0,1	23	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

Медсестра _____
 Повар _____