

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит" Вкусно и Полезно"
 _____ Садылов Р. Ш.
 Дата: 02.04.2024 г.

Меню на 03.04.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих 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 рисовая вязкая с маслом	155(150/5)	14,24	6,1	7,24	19,71	246,44	122,38		36	156,53	0,55	0,04	0,06	1,29								
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,70	0,15	0,04	0,03	0,00									
414	Кофейный напиток с молоком	300	10,88	3,16	2,71	14,31	97,24	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3									
Итого:		445	34,06	11,62	18,46	68,68	490,08	250,78	54,2	269,83	1	0,1	0,13	2,59									
Обед:																							
11	Суп из свежих овощей	60	8,98	0,43	3,61	1,41	39,96	13,39	7,91	23,75	0,34	0,02	0,02	12,25									
88	Суп картофельный с вермишелью	200	4,97	2,11	2,22	16,37	95,66	12,16	19,24	50,8	0,79	0,22	0,08	11,88									
299(377)	Шницель рубленый со сметанным соусом	100(70/30)	32,06	7,95	19,88	13,17	257,13	32,89	18,41	108,73	1,23	0,03	4,25	0,25									
332	Рис отварной	150	10,26	3,67	4,66	35,86	187,09	2,19	19,17	61,44	0,52	0,02	0,03	0									
390	Каша из свежих овощей	180	5,05	0,14	0,14	21,49	84,42	3,6	0,77	2,88	0,36	0	0,01	1,44									
	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	0,39	12,21	73,50	1,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00									
Итого:		750	66,28	18,64	31,14	115,09	809,18	73,38	72,88	289,25	3,98	1,42	4,63	16,45									
Полдник:																							
251(369)	Запеканка из творога с мякотью фруктов	150(115/35)	28,59	20,86	7,05	22,40	239,70	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81									
419	Молоко сквашенное	180	13,20	5,29	4,80	8,82	87,05	216,00	25,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34									
	Хлеб пшеничный	15	0,99	1,14	0,12	7,20	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0									
386	Апельсин	100	11,50	0,9	0,2	8,1	40	34	13,83	23	0,3	0,01	0,04	60									
Итого:		445	54,28	28,19	12,17	47,1	402,54	399,47	46,82	323,93	1,14	0,11	0,2	63,15									

Повар _____

Медсестра _____