

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Объединит Вкусно и Полезно"
 Санжолов Р. Ш.
 Дата: 05.04.2024 г.



Меню на 05.04.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
Завтрак														
182	Каша овсяная молочная с яблоком	205(200/5)	17,09	9,44	8,98	44,64	296,77	204,82	30,64	184,99	0,61	0,85	0,11	2,13
3	Булочка с саром	60(40/15/5)	14,67	6,51	8,01	19,48	186,6	141,2	10,25	102,3	0,6	0,06	0,05	0,1
416	Каша с яблоком	180	11,18	3,78	3,34	10,04	102,7	134,56	23,9	112,1	0,55	0,82	0,05	1,43
Итого:		445	42,94	19,75	20,35	79,96	586,07	480,58	65,29	399,59	1,76	0,13	0,21	3,66
Обед														
11	Салат из свежих огурцов	60	8,98	0,45	3,61	1,41	39,96	13,39	7,91	22,75	0,34	0,02	0,02	12,25
62	Борщ со сметаной густой	300	8,0	1,20	4,24	8,97	71,37	31,82	16,04	33,48	0,72	0,20	0,02	8,43
271/372	Котлеты рыбные запеченные со сметанным соусом	110(80/30)	28,48	11,05	3,61	9,5	111,3	46,92	22,44	149,62	0,40	0,63	0,07	0,36
336	Картофель отварной	150	8,95	2,92	4,73	22,22	144,94	14,63	29,33	75,29	1,13	0,17	0,15	6
394	Кисель из яблок	300	5,0	0,06	0	28,92	109,81	4,35	1,15	4,82	0,19	0	0	0,07
	Хлеб пшеничный	30	1,98	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	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
Итого:		780	63,37	20	16,82	97,81	622,48	128,46	85,30	320,68	3,55	0,42	0,49	27,11
Полдник														
451	Булочка Дорожная	70	5	4,61	9,68	36,59	253,31	8,36	3,77	32,78	0,38	0	0,08	0
420	Кофе (бифидо)	180	18,40	3,04	4,3	7,2	98	216	23,2	171	0,18	0	0,07	1,26
386	Желе из фруктов	100	9,0	0,4	0,4	9,8	43	10	1	8	1	0,03	0,05	4
Итого:		350	32,40	10,05	14,58	53,59	388,51	234,36	32,97	211,78	1,56	0,03	0,18	5,26