

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Объединит Будущее и Полезно"
Синяков Р.Ш.
_____ г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 10.04.2023 года

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность			Минеральные вещества и витамины							
				белки	жиры	углеводы	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C	
Завтрак														
182	Каша овсяная вареная с маслом	205(200/5)	13,43	9,44	8,98	44,44	290,77	204,82	30,64	184,99	0,01	0,05	0,11	2,13
2	Вутерброд с омлетом	15(20/5/30)	10,64	2,42	4,30	28,38	161,8	9,6	0	24,0	0,42	0,03	0,04	0,48
412	Чай с лимонном	180	2,7	0,12	0,02	10,2	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93
Итого завтрак:		440	26,77	11,58	13,30	83,01	492,78	216,69	37,48	210,01	1,07	0,08	0,15	4,54
Обед														
11	Салат из свежих огурцов	60	8,98	0,45	3,61	1,41	39,96	13,39	2,91	23,75	0,34	0,02	0,02	12,25
88	Суп картофельный с вермишелью	300	4,9	2,11	2,22	16,37	95,66	12,16	19,24	30,8	0,79	0,22	0,68	11,88
299/372	Шницель рубчатый со сметанным соусом	105(75/30)	34,75	8,39	20,22	11,89	264,17	34,42	19,49	114,63	1,3	0,02	4,49	0,27
339	Пюре картофельное	150	8,49	3,18	8,2	19,85	163,58	37,31	27,84	82,72	1	0,17	0,14	0
390	Компот из свежих яблок	180	5,05	0,14	0,14	21,49	84,42	3,6	0,72	2,88	0,36	0	0,01	1,44
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,34	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	3,35	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,09
Итого:		755	66,13	18,59	35,02	99,8	794,69	110,03	83,63	308,5	4,47	0,43	4,97	25,84
Полдние														
453	Булочка дрожжевая	70	5	4,61	9,68	36,59	253,31	8,36	5,77	32,78	0,38	0	0,08	0
420	Кофе	180	11,50	5,04	4,5	7,2	90	216	25,2	171	0,18	0	0,07	1,26
386	Бананы свежие	100	14,20	1,3	0,1	21	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10
Итого:		350	30,70	11,15	14,28	64,79	432,31	232,36	72,97	231,78	1,16	0,02	0,19	11,26

Повар _____
Медсестра _____