

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
 Директор ООО «Вкусно и Полезно»  
 Санжало Р. Ш.  
 04.04.2024 г.

Меню на 16.04.2024 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
<b>Завтрак</b>														
182	Каша гречневая молочная с маслом	205(200/3)	19,20	8,62	8,29	37,6	256,88	128,91	102,96	225,36	3,09	0,04	0,17	1,3
2	Булочка с повидлом	33(200/30)	9,28	2,82	4,36	28,38	161,8	9,6	6	24,6	0,42	0,03	0,04	0,48
416	Какао с молоком	180	11,18	3,78	3,34	16,04	102,7	134,36	23,9	112,1	0,55	0,02	0,05	1,43
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>39,66</b>	<b>14,82</b>	<b>15,99</b>	<b>82,02</b>	<b>521,38</b>	<b>273,07</b>	<b>131,86</b>	<b>360,06</b>	<b>4,06</b>	<b>0,09</b>	<b>0,26</b>	<b>3,21</b>
<b>Обед</b>														
46	Винегрет овощной	50	4,30	0,66	3,07	3,95	46,15	11,03	9,86	21,33	0,41	0,15	0,03	4,9
87	Суп картофельный с горохом	180	3,30	3,66	3,84	14	106,44	23,68	23,38	62,55	1,45	0,22	0,16	7,53
305/312	Фрикадельки мясные в сметанном соусе	120(60/60)	30,60	9,41	7,67	8,67	137,53	32,58	13,94	105,18	1,39	0,02	0,05	0,63
339	Пюре картофельное	130	7,14	2,76	7,1	17,2	143,51	32,34	24,13	71,69	0,86	0,13	0,12	4,32
390	Блюдец из свеклы тушен	180	10,0	0,14	0,11	21,39	83,34	6,84	4,32	3,76	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	0,39	12,21	73,59	3,15	4,23	14,22	0,33	0,00	0,20	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>58,90</b>	<b>20,95</b>	<b>22,42</b>	<b>92</b>	<b>661,86</b>	<b>113,02</b>	<b>86,06</b>	<b>308,23</b>	<b>5,62</b>	<b>0,54</b>	<b>0,6</b>	<b>19,38</b>
<b>Ужин</b>														
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	15,30	1,5	0,1	31	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>52,07</b>	<b>16,84</b>	<b>25,25</b>	<b>41,36</b>	<b>455,82</b>	<b>123,1</b>	<b>63,14</b>	<b>281,67</b>	<b>3,51</b>	<b>0,36</b>	<b>0,14</b>	<b>12,45</b>

Медсестра \_\_\_\_\_  
 Повар \_\_\_\_\_