

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

Утверждаю:
 Директор ООО «Общественно-Пользователь»
 Санжалов Р. Ш.
 Дата: 20.04.2024 г.

Меню на 18.04.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Материальные вещества и витамины									
				белки	жиры	углеводы	кисл.	Са	Mg	P	Fe	A	B1	C			
	Завтрак																
182	Каши овсяная вязкая с маслом	203(200г)	11,71	7,91	9,54	29,11	231,37	148,51	65,54	246,08	1,85	0,04	0,23	1,3			
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,30	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00			
412	Чай с лимоним	180	3,20	0,12	0,02	10,20	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	1,93			
	Итого:	415	23,85	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	98,50	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90			
	Обед																
34	Салат из свеклы	60	2,61	0,81	1,65	4,72	33,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0,00	0,01	5,7			
72	Щи из свежей капусты	180	5,60	1,38	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,13	0,02	16,64			
299(72	Запеченная рыба: из свежесезонной рыбы	75(60/15)	31	6,61	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,59	0,20			
110	Каши гречневая рассыпчатая	130	8,63	6,30	4,76	30,94	194,96	10,86	99,53	149,66	3,34	0,02	0,15	0,00			
394	Каша из суфлефруктов	150	4,30	0,14	0,00	19,33	75,63	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07			
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	4,20	19,30	0,33	0,00	0,03	0,09			
	Хлеб Пшеничный	30	1,98	2,04	0,39	12,23	73,50	3,13	4,23	14,22	0,33	0,00	0,02	0,00			
	Итого:	615	56,30	19,46	27,78	90,05	721,93	98,35	143,50	317,86	5,91	0,27	3,02	31,31			
	Полдник																
417	Перезови картофель с картофелем	70	3	5,20	3,74	31,51	181,97	29,20	13,83	63,76	0,77	0,03	0,16	4,99			
429	Простокваша (биолайф)	150	15,20	4,20	3,73	16,50	75,99	172,00	24,00	144,00	0,00	10,00	0,04	1,50			
386	Мацарина	95	18,00	0,76	0,29	7,70	38,00	31,25	10,45	16,15	0,09	0,01	0,06	36,10			
	Итого:	315,00	38,20	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	36,84	0,26	42,59			

Повар _____

Медсестра _____