

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

Утверждаю:
 Директор ООО «Общество «Здоровое и Полезное»
 Санзлов Р. Ш.
 Дата: 24.04.2024 г.

Меню на 23.04.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецепта	Наименование блюда	нет. блюда	Цена	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	кисл.	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
Завтрак														
182	Каши рисовые вязкие с маслом	203(200/5)	18,81	6,1	7,24	39,71	246,64	121,38	36	158,53	0,53	0,04	0,06	1,29
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,39	2,36	8,49	14,66	146,20	8,80	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00
416	Каши с маслом	180	10,26	3,28	3,34	16,04	102,7	134,56	23,9	112,1	0,33	0,02	0,05	1,43
Итого завтрак:		425	37,46	12,24	19,07	70,41	495,54	265,34	64,1	291,13	1,45	0,1	0,14	2,72
Обед														
18	Салат из свежих овощей с луком	50	9,80	0,68	1,91	2,83	47,46	10,53	10,67	19,73	0,3	0,04	0,04	12,25
72	Щи из свеклы капустные	180	5,56	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,13	0,02	16,64
299/37	Котлеты рубленные со сметанным соусом	75(60/13)	34,73	6,24	16,21	10,28	207,62	10,31	3,62	79,38	1,03	0,02	3,39	0,02
130	Вино гречневое рассыпчатая	130	9,79	7,45	5,62	36,36	230,41	12,85	117,63	176,63	3,93	0,02	0,18	0
401	Кисель из повидла	180	6,93	0,06	0	26,03	98,83	4,33	1,15	4,82	0,19	0	0	0,07
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,38	71,4	6	4,2	19,3	0,13	0	0,03	0
	Хлеб Целисийский	30	1,98	2,04	0,39	12,23	73,90	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,60
Итого обед:		475	70,79	20,03	28,24	107,01	788,01	79,54	153,98	341,82	6,79	0,23	4,06	28,98
Полдник														
251/36	Запеканка из творога с яблоками сметанным соусом	150(115/35)	28,39	20,86	3,05	22,89	239,79	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81
419	Молоко сладкое	180	11,00	5,29	4,80	8,82	87,03	236,00	25,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34
	Хлеб пшеничный	15	0,96	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,73	0,17	0	0,02	0
386	Груши свежие	100	19,20	0,6	0,3	9,5	42	19	12	16	2,3	0	0,02	5
Итого полдник:		445	61,75	27,69	12,27	46,5	404,54	384,47	58,82	316,93	3,14	0,1	0,18	8,15