

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит. Вкусно и Полезно"
Савельев Р.Ш.
Дата: 07.04.2024 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 27.04.2024 года

| № рецеп. | Наименование блюда | вес блюда | Цена, руб. | | Пищевая ценность | | | | Минеральные вещества и витамины | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|---------------------------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | безжи | жиры | углеводы | кисл. | Ca | Mg | P | Fe | A | В1 | C | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 182 | Каши овсян. вареная с маслом сливочным | 205(200/5) | 17,10 | 7,47 | 7,4 | 30,3 | 240,73 | 155,64 | 36,13 | 243,41 | 0,91 | 0,04 | 0,12 | 3,7 | | | | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным | 40(30/10) | 8,94 | 2,36 | 8,40 | 14,08 | 146,20 | 8,40 | 4,20 | 22,50 | 0,35 | 0,04 | 0,03 | 0,00 | | | | | | | | | | |
| 413 | Чай с молоком | 100 | 5,0 | 2,53 | 2,9 | 14,22 | 90,1 | 87,48 | 12,6 | 63,99 | 0,09 | 0,02 | 0,03 | 0,81 | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 425 | 31,04 | 12,36 | 18,79 | 65,38 | 477,03 | 251,52 | 52,93 | 329,9 | 1,35 | 0,1 | 0,18 | 2,11 | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 11 | 0,58 | 3,68 | 1,85 | 42,84 | 16,06 | 10 | 18,25 | 0,46 | 0,02 | 0,02 | 11,66 | | | | | | | | | | |
| 90 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 200 | 7 | 4,89 | 2,71 | 14,64 | 104,25 | 21,79 | 29,91 | 101,7 | 1,16 | 0,25 | 0,12 | 16,09 | | | | | | | | | | |
| 322/372 | Котлеты рубленные из птицы со сметанным соусом | 95(75/20) | 34,70 | 13,79 | 12,24 | 13,77 | 132,83 | 28,47 | 8,45 | 25,68 | 0,43 | 0,02 | 0,04 | 0,14 | | | | | | | | | | |
| 333 | Макарон. отварные | 130 | 6,56 | 1,85 | 4,18 | 11 | 90,21 | 2,13 | 2,34 | 14,02 | 0,28 | 0,02 | 0,03 | 0 | | | | | | | | | | |
| 401 | Кисель из плодов | 200 | 3,30 | 0,07 | 0,00 | 28,92 | 109,83 | 5,03 | 1,28 | 3,36 | 0,21 | 0,00 | 0,00 | 0,07 | | | | | | | | | | |
| | 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 | 73,50 | 3,13 | 4,23 | 14,22 | 0,23 | 0,00 | 0,20 | 0,00 | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 765 | 68,72 | 26,8 | 23,44 | 96,97 | 624,86 | 84,65 | 60,41 | 198,33 | 3,22 | 0,31 | 0,43 | 27,76 | | | | | | | | | | |
| Вечер | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 441 | Пюре из картофеля | 70 | 8,40 | 4,71 | 2,49 | 48,41 | 232,66 | 15,08 | 9,23 | 47,23 | 1,03 | 0,03 | 0,07 | 0,17 | | | | | | | | | | |
| 420 | Борщ | 200 | 14 | 5,6 | 5 | 8 | 100 | 240 | 28 | 190 | 0,2 | 0,04 | 0,06 | 1,4 | | | | | | | | | | |
| 386 | Макарон. | 100 | 16,00 | 0,8 | 0,3 | 8,1 | 40 | 25 | 11 | 17 | 0,1 | 0,01 | 0,06 | 38 | | | | | | | | | | |
| Итого: | | 370 | 38,40 | 11,11 | 7,79 | 64,51 | 372,66 | 290,08 | 48,23 | 254,23 | 1,33 | 0,06 | 0,19 | 39,57 | | | | | | | | | | |

Повар _____
Медсестра _____