

Согласовано:

Директор

(ФИО директора)

Дата: _____ г.

Утверждение:
 Директор ООО «Объединение «Душно и Полезно»
 Санжапов Р. Ш.
 Дата: 02.05.2024 г.

Меню на 02.05.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины									
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C			
	Завтрак																
181	Каша овсяная вязкая с маслом	200(200/7)	11,71	7,91	9,34	29,11	231,37	148,51	65,54	246,98	1,83	0,04	0,21	1,3			
1	Булочка с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,01	0,00			
412	Чай с лимоном	100	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:	425	23,85	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	58,50	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90			
	Обед																
34	Суп из свеклы	60	2,01	0,81	3,63	4,72	53,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0,00	0,01	3,7			
72	Щи из свеклы капустные	100	3,60	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,13	0,02	16,64			
299/272	Биточки рубленые со сметанным соусом	75(60/15)	31	6,03	16,40	10,88	213,22	25,63	13,14	90,34	1,04	0,02	3,19	0,20			
330	Каша гречневая рассыпчатая	110	8,63	6,30	4,76	30,94	194,96	10,86	99,33	149,46	1,34	0,02	0,15	0,00			
204	Каша из сухофруктов	150	4,50	0,34	0,00	19,33	75,63	8,55	1,15	4,81	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	19,50	0,33	0,00	0,02	0,00			
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,04	0,19	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,02	0,00			
	Итого:	615	56,30	19,60	27,98	96,05	721,93	98,35	143,50	317,86	5,91	0,27	3,82	31,31			
	Вечерин																
437	Пирожки печеные с вареной капустой	70	5	3,20	3,74	31,31	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99			
430	Простокваша (биолайф)	150	13,20	4,20	3,75	16,50	75,99	177,00	24,00	144,00	0,90	0,00	0,04	1,50			
386	Макаронные изделия	95	21,00	0,76	0,29	7,70	38,00	33,25	10,45	16,15	0,09	0,01	0,06	30,10			
	Итого:	315,00	41,20	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	0,04	0,26	42,59			

Повар _____

Медсестра _____