

Согласовано:
Директор _____

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Объединение «Здоровое и Полезное»
Санжалов Р.Ш.
13.05.2024 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 13.05.2024 года

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
Завтрак														
182	Каша овсяная вареная с маслом сливочным	203(200%)	17,40	7,47	7,4	36,5	240,73	153,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	3,36	8,49	14,66	146,30	8,40	4,20	22,50	0,25	0,04	0,01	0,80
413	Чай с молоком	180	3,8	2,53	2,9	14,22	95,1	87,48	12,6	63,99	0,09	0,02	0,01	0,81
	Итого:	425	31,98	12,46	18,79	65,38	477,03	251,52	52,93	329,9	1,25	0,1	0,18	2,11
Обед														
15	Салат из свежих овощей и зелени	60	10,65	0,58	3,68	1,83	42,84	16,06	10	18,23	0,46	0,02	0,02	11,46
90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	7	8,89	2,71	14,64	104,25	23,79	29,91	101,3	1,16	0,25	0,12	16,69
322/372	Котлеты рубленые из говядины со сметанным соусом	95(75/20)	34,70	13,79	12,24	13,77	132,85	24,47	8,45	25,68	0,43	0,02	0,04	0,14
333	Макароны отварные	150	6,56	1,85	4,18	11	90,23	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	6
401	Кисель из овсянки	200	5,30	0,07	0,09	28,92	109,81	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	33,50	3,13	4,23	14,22	0,25	0,00	0,20	0,00
	Итого:	765	68,37	25,5	23,44	96,97	624,86	84,65	60,41	198,33	3,22	0,31	0,43	27,76
Вечеринка														
441	Воздушный салат	70	8,40	4,71	2,49	48,41	232,66	15,08	9,23	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17
420	Кефир	200	14	5,6	3	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4
386	Макароны	100	21,00	0,8	0,3	8,1	40	33	11	17	0,1	0,01	0,06	3,8
	Итого:	370	43,40	11,11	7,79	64,51	372,66	290,08	48,23	254,23	1,33	0,06	0,19	39,57

Повар _____
Медсестра _____