

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Фонд детей и Ползано"
 Санжипов Р. Ш.
 Дата: 14.05.2024 г.

Меню на 14.05.2024 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	клетчатка	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C									
Завтрак																							
182	Каши гречневая вареная с маслом	205(200/5)	19,01	8,62	8,29	37,6	256,88	128,91	102,96	221,36	3,09	0,04	0,17	1,3									
2	Бутерброд с повидлом	55(20/5/30)	9,65	2,42	4,38	28,38	161,3	9,6	6	24,6	0,42	0,03	0,04	0,48									
416	Какао с молоком	180	11,11	3,78	3,34	18,04	102,7	134,56	23,9	112,1	0,55	0,02	0,05	1,43									
Итого:		440	39,77	14,82	15,99	82,02	521,38	273,07	132,86	369,06	4,06	0,09	0,26	3,21									
Обед																							
46	Винегрет овощной	50	4,30	0,66	3,07	3,95	46,15	11,03	9,86	21,33	0,41	0,15	0,03	4,9									
87	Суп картофельный с горошком	180	3,36	3,66	3,84	14	108,44	21,08	25,38	62,53	1,45	0,22	0,16	7,53									
303/37	Французский супчик в сметанном соусе	120(60/60)	30,00	9,41	7,67	8,67	117,51	32,54	12,94	105,18	1,39	0,02	0,05	0,63									
339	Пюре картофельное	130	7,45	2,76	7,1	17,3	143,31	32,34	24,13	71,69	0,46	0,15	0,12	4,52									
100	Компот из свежих фруктов	180	10,33	0,14	0,11	21,39	81,34	6,81	4,32	5,76	0,83	0	0,01	1,8									
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,38	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,01	0									
	Хлеб Пшеничный	30	3,98	2,04	0,39	12,21	53,50	3,15	4,23	14,22	0,15	0,06	0,20	0,00									
Итого:		720	89,54	20,95	22,42	92	661,86	113,82	86,06	300,23	5,62	0,54	0,6	19,38									
Полдник																							
229	Омлет яичурный	150(140/10)	32,41	14,08	25,01	2,87	290,91	109,83	18,1	242,7	2,7	0,34	0,08	0,52									
412	Чай с лимоником	180	3,20	0,12	0,62	10,3	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93									
	Хлеб пшеничный	15	0,96	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0									
386	Биточки свиные	300	14,70	3,3	0,1	21	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10									
Итого:		445	55,27	16,84	25,25	41,36	455,82	123,4	63,14	281,67	3,51	0,36	0,14	12,45									

Медсестра _____
 Повар _____