

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждено:  
 Директор ООО "Детский Вкусно и Полезно"  
 Санжолов Р. Ш.  
 Дата: 16.05.2024 г.

Меню на 16.05.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины									
				белок	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C			
	<b>Завтрак</b>																
182	Каши овсяная каша с маслом	203(200/3)	15,57	7,91	9,54	29,11	231,37	148,51	63,54	246,08	1,85	0,04	0,23	1,3			
1	Пудинг с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	2,38	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00			
412	Чай с лимоном	180	3,20	0,12	0,02	10,30	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	0,00	1,93		
	<b>Итого:</b>	<b>425</b>	<b>27,95</b>	<b>8,83</b>	<b>16,92</b>	<b>52,00</b>	<b>393,67</b>	<b>124,73</b>	<b>58,59</b>	<b>221,61</b>	<b>1,92</b>	<b>0,08</b>	<b>0,22</b>	<b>2,90</b>			
	<b>Обед</b>																
34	Салат из свеклы	80	2,61	0,81	1,65	4,72	33,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0,00	0,01	5,7			
72	Щи из свежей капусты	180	5,60	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,34	0,44	0,15	0,02	16,64			
299(32)	Биточки рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	31	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,39	0,20			
330	Каша гречневая рассычатая	110	8,63	6,30	4,76	30,94	194,96	10,86	99,55	149,46	3,34	0,02	0,15	0,00			
394	Компот из сухофруктов	150	4,50	0,34	0,00	19,13	75,63	4,35	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07			
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	4,70	19,50	0,33	0,00	0,03	0,00			
	Хлеб Пшеничный	30	1,98	2,04	0,39	12,21	73,30	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,02	0,00			
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>56,30</b>	<b>19,46</b>	<b>27,78</b>	<b>96,05</b>	<b>721,93</b>	<b>98,35</b>	<b>143,50</b>	<b>317,86</b>	<b>5,91</b>	<b>0,27</b>	<b>3,82</b>	<b>31,33</b>			
	<b>Полдник</b>																
417	Пирожки печеные с изюмом	70	3	5,20	3,74	31,31	181,97	29,20	13,43	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99			
420	Простокваша (биолайф)	150	15,20	4,20	3,75	16,50	73,99	177,00	24,00	144,00	0,00	10,00	0,04	1,30			
386	Макаронны	95	21,60	0,76	0,29	7,70	38,00	33,25	10,45	16,13	0,09	0,01	0,06	36,10			
	<b>Итого:</b>	<b>315,00</b>	<b>41,80</b>	<b>10,36</b>	<b>7,78</b>	<b>55,71</b>	<b>295,96</b>	<b>239,45</b>	<b>48,28</b>	<b>225,91</b>	<b>0,86</b>	<b>10,04</b>	<b>0,26</b>	<b>42,99</b>			

Повар \_\_\_\_\_  
 Медсестра \_\_\_\_\_