

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_

(ФИО директора)

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:

Директор ООО "Общество «Кусно и Пилезно»

Санджов Р. Ш.

Дата: 20.05.2024 г.

Меню на 20.05.2024 г для питания детей от 3-х до 7 лет, обучающихся дошкольные образовательные учреждения														
№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	квасл	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C
<b>Завтрак:</b>														
190	Каши пшеницы желтой с маслом	155(150/5)	11,31	5,39	7,04	28,29	196,38	94,75	34,63	134,85	0,88	0,03	0,12	0,94
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	15,18	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	16,83	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1
411	Чай с сахаром	200	2,70	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого завтрак:</b>		<b>415</b>	<b>31,09</b>	<b>12,19</b>	<b>15,09</b>	<b>58,87</b>	<b>425,29</b>	<b>235,95</b>	<b>45,48</b>	<b>237,35</b>	<b>1,48</b>	<b>0,09</b>	<b>0,17</b>	<b>1,04</b>
<b>Обед:</b>														
13	Салат из свежих овощей	60	9,70	0,45	3,61	1,41	39,96	13,29	7,91	23,75	0,34	0,02	0,02	2,81
117	Бульон куриный с гречихой	200(180/20)	9,86	8,05	5,79	1,39	76,39	14,23	18,24	82,75	0,55	0,12	0,07	0,48
258/372	Рыба, приготовленная с овощами, со сметанным соусом	110(80/30)	32,78	6,97	1,49	3,21	58,34	35,88	18,54	86,21	0,18	0,48	0,05	0,87
332	Рис отварной	150	12,15	3,66	6,1	35,57	198,93	2,61	19,03	61,47	0,52	0,03	0,03	0
394	Компот из сухофруктов	200	3,50	0,46	0,00	25,77	100,84	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	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 Цвикольский	30	1,98	2,94	0,39	12,21	73,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого обед:</b>		<b>780</b>	<b>72,89</b>	<b>23,91</b>	<b>17,62</b>	<b>96,34</b>	<b>619,36</b>	<b>72,11</b>	<b>67,90</b>	<b>275,68</b>	<b>2,12</b>	<b>0,65</b>	<b>0,2</b>	<b>4,16</b>
<b>Полдник:</b>														
229	Омлет натуральный	150(140/10)	32,41	14,08	25,01	2,87	290,91	109,83	18,2	242,7	2,7	0,34	0,08	0,52
420	Воздуш (бифшопф)	180	18,23	5,04	4,50	19,80	91,19	212,40	28,80	172,80	0,00	36,00	0,05	1,80
	Хлеб пшеничный	15	0,99	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0
386	Яблоки свежие	100	12,0	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4
<b>Итого полдник:</b>		<b>445</b>	<b>60,63</b>	<b>20,66</b>	<b>20,03</b>	<b>39,76</b>	<b>462,8</b>	<b>335,23</b>	<b>51,1</b>	<b>433,25</b>	<b>3,87</b>	<b>36,35</b>	<b>0,18</b>	<b>6,32</b>