

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит. Буфет и Полезна"
 Санжолов Р. Ш.
 Дата: 24.05.2024 г.

Меню на 21.05.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ реп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	квас.	Са	Mg	P	Fe	А	В1	С
Завтрак														
182	Каша рисовая вязкая с маслом	205(200/5)	10,42	6,1	7,24	39,71	246,64	122,38	36	136,53	0,53	0,04	0,06	1,29
1	Буфетбри с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,30	0,35	0,04	0,03	0,00
416	Какао с молоком	180	10,20	3,78	3,34	16,04	102,7	134,56	23,9	132,1	0,53	0,02	0,05	1,41
	Итого завтрак:	425	29,86	12,24	19,07	70,41	495,54	265,24	64,1	291,13	1,45	0,1	0,14	2,72
Обед														
34	Салат из свежих овощей с луком	50	6,43	0,68	1,91	2,83	47,46	10,55	10,67	19,73	0,5	0,04	0,04	12,25
72	Щи из свежей капусты	180	5,56	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,34	0,44	0,15	0,02	16,64
299/37	Котлеты рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	34,73	6,24	16,21	10,38	207,62	10,51	3,62	79,38	1,03	0,02	3,59	0,02
2														
230	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,79	7,45	5,62	36,56	230,41	12,85	117,65	176,63	3,95	0,02	0,18	0
401	Каша из пшена	180	6,93	0,06	0	26,03	98,83	4,55	1,15	4,82	0,19	0	0	0,07
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,3	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Пшеничный	30	1,98	2,04	0,39	12,21	71,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
	Итого обед:	675	67,44	20,03	28,24	107,01	788,01	79,54	153,98	341,82	6,79	0,23	4,06	28,98
Полдник														
251/36	Запеканка из творога с мякотью фруктов	130(113/33)	28,59	20,86	7,03	22,89	239,79	146,47	19,52	129,18	0,40	0,06	0,03	0,81
419	Молоко ацидофильное	180	13,00	5,29	4,80	8,82	87,05	216,00	25,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34
	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	Грушевый сок	100	18,0	0,4	0,1	9,5	42	19	12	16	2,1	0	0,02	3
	Итого полдник:	445	60,55	27,69	12,27	48,5	404,54	384,47	58,82	316,93	3,14	0,1	0,18	8,15