

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит.Вкусно и Полезно"
Савилов Р.Ш.
Дата: 22.05.2024 г.
г. Полевское

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 22.05.2024 года

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C
Завтрак														
182	Каша овсяная вареной с маслом	155(100%)	15,57	0,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97
3	Бульбобул с сыром	60(40/15/5)	14,67	0,33	8,03	19,48	188,8	141,2	10,83	102,3	0,6	0,06	0,05	0,1
411	Чай с сахаром	200	3,20	0,07	0,02	11,3	42,11	0	0	0	0	0	0	0
Итого завтрак:		415	33,44	12,95	16,46	57,72	438,97	255,26	64,31	300,39	2,13	0,1	0,24	1,07
Обед														
10	Салат из портока зеленого консервированного	50	8,02	1,49	2,6	3,13	41,89	10,73	10,60	29,98	0,34	0,06	0,06	12,23
62	Борщ со свежей капустой	180	5,36	1,06	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,38
289/372	Биточка рубленая со сметанным соусом	75(60/15)	34,75	6,63	16,49	10,88	233,22	25,63	13,34	90,34	1,04	0,02	3,39	0,2
310	Каша пшеничная рассыпчатая	140	5,71	8,16	4,65	33,63	204,14	22,45	31,94	140,38	2,35	0,02	0,11	0
390	Компот из свежих фруктов	180	16,30	0,14	0,11	21,38	83,34	6,84	4,32	5,76	0,83	0	0,01	1,8
	Хлеб пшеничный	30	1,92	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Целикатный	30	1,92	2,04	0,39	12,31	73,30	3,13	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
Итого за обед:		685	68,18	19,82	28,30	103,88	751,63	103,44	84,86	336,31	5,89	0,28	4,02	21,83
Полдник														
437	Пирожки печеные с картошкой	70	5	5,2	3,74	31,51	181,97	29,2	13,83	65,76	0,73	0,03	0,1	4,49
430	Йогурт (биолайф)	200,00	15,20	0,09	3,00	8,40	102,00	172,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,00	0,90
386	Макаронны	100	20,00	0,4	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38
Итого:		370	40,39	12	9,04	49,01	323,97	436,2	53	358,76	1,17	60,04	0,22	43,89

Повар _____
Мелочиста _____