

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общество Вкусно и Полезно"
 Синяков Р. Ш.
 Дата: 28.05.2024 г.

Меню на 28.05.2024 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						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
	Завтрак													
182	Каша гречневая вязкая с маслом	205(200/5)	19,01	8,62	8,29	37,6	256,88	128,91	102,96	223,36	3,09	0,04	0,17	1,3
2	Бутерброд с мясным	35(20/5/30)	9,65	2,42	4,36	28,38	161,8	9,6	6	24,6	0,42	0,03	0,04	0,48
416	Каша с молоком	180	11,11	3,78	3,34	16,04	102,7	134,36	23,9	112,1	0,33	0,02	0,03	1,43
	Итого:	448	39,77	14,82	15,99	82,02	524,38	273,07	132,86	360,06	4,06	0,09	0,26	3,21
	Обед													
46	Винегрет овощной	50	4,50	0,66	3,07	3,93	46,15	11,03	9,86	21,33	0,41	0,15	0,03	4,9
87	Суп картофельный с горохом	180	3,30	3,66	3,84	14	106,44	21,08	25,38	62,55	1,49	0,22	0,16	7,53
305/37 2	Фруктовый салат в сметанном соусе	120(60/60)	30,00	9,41	7,67	8,67	137,53	32,58	13,94	105,18	1,39	0,02	0,03	0,63
339	Пюре картофельное	130	7,45	2,70	7,1	17,2	143,51	32,34	24,13	71,69	0,86	0,15	0,12	4,52
390	Кнели из свиных грудей	180	10,33	0,14	0,11	21,39	81,34	6,84	4,32	5,76	0,83	0	0,01	1,8
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,28	14,38	71,4	8	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Целинный	30	1,98	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,33	0,00	0,20	0,00
	Итого:	728	39,54	20,95	22,42	92	661,86	113,02	86,06	300,23	5,62	0,54	0,6	19,38
	Полдник													
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	0,32
412	Чай с лимоном	180	3,20	0,12	0,02	10,2	49,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93
	Хлеб пшеничный	13	0,96	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0
386	Бананы свежие	100	18,60	1,5	0,1	21	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10
	Итого:	445	55,17	16,84	25,25	41,36	455,82	123,1	63,14	281,67	3,51	0,36	0,14	12,45

Медсестра _____
 Повар _____