

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

Сезон: весенне.

Примерное двенадцатидневное меню питания школьников в лазарях с дневным пребыванием на 10.06.2024г



Утверждаю:
 Директор ООО "Общество с ограниченной ответственностью 'Школьный лазарь' Республики Беларусь" Санжаров Р. Ш.
 10.06.2024 г.

Завтрак	№ по ср	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества					
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводн	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	15	Сыр порциями	25	15,05	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
		Каша вязкая молочная пшеничная с маслом														
	173	Какао с молоком	155(150/5)	18,04	280,9	7,63	13,34	32,51	0,18	1,3	0,06	0,8	143,83	234,95	70,05	1,69
	382	Хлеб пшеничный	200	11,05	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	338	Яблоко св. порциями	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
		Итого	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	520	58,78	654,1	20,61	23,23	87,56	0,3	6,77	0,15	1,38	506,95	510,15	117,4	4,36
Обед	71	Огулды свежие кусками	60	5,4	12	0,7	0,1	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,09	24,51	12,54	0,8
		Суп картофельный с горохом с мясом														
	102		200/30	12,05	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
		Итого														
	290	Птица тушенная в смет. соусе	100(50/50)	28,04	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05
	309	Макаронны отварные	200	8,75	262,49	7,17	6,24	43,19	0,07	0	0,03	1,11	5,42	51,46	9,21	1,08
		Чай с фруктовым соком	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	60	3,96	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	820	64,2	637,72	30,06	31,06	75,04	0,27	18,12	0,26	5,68	70,98	156,26	52,5	3,57

Согласовано:
Директор

Директор ООО "Общепит. Вкусно и Полезно"

Утверждаю:

Санзипов Р.Ш.

Дата: _____ г.

Дата: 10.06.2024

_____ г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 10.06.2024 года

№ рел.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность						Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	А	В1	С		
Завтрак																
182	Каша вязкая ячневая с маслом сливочным	205(200/5)	17,40	7,47	7,4	36,5	240,73	155,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3		
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00		
413	Чай с молоком	180	5,0	2,53	2,9	14,22	90,1	87,48	12,6	63,99	0,09	0,02	0,03	0,81		
	Итого:	425	31,58	12,36	18,79	65,38	477,03	251,52	52,93	329,9	1,35	0,1	0,18	2,11		
Обед																
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	7,20	0,58	3,68	1,85	42,84	16,06	10	18,25	0,46	0,02	0,02	11,46		
90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	7	4,89	2,71	14,64	104,25	23,79	29,91	101,3	1,16	0,25	0,12	16,09		
322/372	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	95(75/20)	34,70	13,79	12,24	13,77	132,85	28,47	8,45	25,68	0,43	0,02	0,04	0,14		
335	Макароны отварные	150	6,56	1,85	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0		
401	Кисель из повидла	200	5,50	0,07	0,00	28,92	109,81	5,05	1,28	5,36	0,21	0,00	0,00	0,07		
	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 Цивильный	30	1,98	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00		
	Итого:	765	64,92	25,5	23,44	96,97	624,86	84,65	60,41	198,33	3,22	0,31	0,43	27,76		
Подливки																
441	Ватрушки с повидлом	70	8,40	4,71	2,49	48,41	232,66	15,08	9,23	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17		
420	Кефир	200	14	5,6	5	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4		
386	Мандарины	100	20,00	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	0,38		
	Итого:	370	42,40	11,11	7,79	64,51	372,66	290,08	48,23	254,23	1,33	0,06	0,19	39,57		

Повар _____

Медсестра _____