

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общество «Вкусно и Полезно»
Санжипов Р.Ш.
Дата: 15.01.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 17.01.2024 года

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность			Минеральные вещества и витамины									
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C		
182	Завтрак Каши овсяная вязкая с маслом	155(150/5)	11,71	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97		
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	14,67	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1		
411	Чай с сахаром	200	3,20	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0			
	Итого завтрак:	415	29,58	12,95	16,46	57,72	435,97	255,26	64,31	300,39	2,13	0,1	0,24	1,07		
	Обед															
42	Салат из моркови	50	4	0,62	0,05	5,47	23,88	12,96	18,24	26,4	0,34	0,96	0,03	2,4		
62	Борщ со свежей капустой	180	7,20	1,08	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,58		
299/372	Биточки рубленые со сметанным соусом	75(60/15)	34,75	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,59	0,2		
330	Каши пшеничная рассыпчатая	140	9,50	6,16	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	10,50	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	14,38	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0		
	Хлеб Целиковый	30	1,92	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00		
	Итого за обед:	685	69,79	18,95	25,75	106,22	733,71	105,67	92,7	326,73	5,89	1,18	3,99	11,98		
	Подливки															
437	Пирожки печеные с картошкой	70	5	5,2	3,74	31,51	181,97	29,2	13,83	65,76	0,77	0,03	0,1	4,99		
420	Йогурт (биолайф)	200,00	15,20	6,00	5,00	8,40	102,00	372,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,90		
386	Магларини	100	25,00	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38		
	Итого:	370	45,20	12	9,04	48,01	323,97	436,2	53	358,76	1,17	60,04	0,22	43,89		

Повар _____
Медсестра _____