

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Формит Вкусно и Полезно" Савязов Р. Ш.
 Дата: 11.09.2024 г.

Меню на 13 сентября 2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность			Минеральные вещества и витамины							
				белки	жиры	углеводы	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C	
Завтрак														
182	Каша овсяная манная с маслом	205(200/5)	18,87	9,44	8,98	44,44	290,77	204,82	30,64	184,99	0,61	0,09	0,11	2,13
3	Булочка с сыром	00(40/15/5)	15,18	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	16,85	102,3	0,6	0,06	0,05	0,1
416	Каша с мясом	180	10,17	3,78	3,34	16,64	102,7	134,56	23,9	112,1	0,55	0,02	0,05	1,43
Итого:		485	44,22	19,78	20,35	79,96	580,07	480,58	65,39	399,59	1,76	0,13	0,21	3,66
Обед														
34	Салат из свеклы	60	3,0	0,81	3,65	4,72	53,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0	0,01	5,7
88	Суп картофельный с вермишелью	180	3,0	1,90	2,00	14,73	86,10	10,94	17,32	45,72	0,71	0,20	0,08	10,69
271/372	Котлеты рыбные запеченные со сметанным соусом	110(80/30)	35,00	11,05	3,61	9,5	111,3	46,92	22,44	149,62	0,40	0,03	0,07	0,36
236	Картофель отварной	150	10,81	2,92	4,73	22,22	144,94	14,63	29,33	79,29	1,13	0,17	0,15	6
394	Кнели из говядины	200	7,10	0,06	0	28,92	109,81	4,58	1,19	4,82	0,19	0	0	0,07
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,04	0,29	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
Итого:		780	65,11	20,36	16,86	101,12	636,43	128,16	89,93	321,44	4,01	0,4	0,48	20,56
Полдник														
453	Булочка Дрожжевая	70	5,0	4,61	9,68	16,59	253,31	8,36	3,77	32,78	0,38	0	0,08	0
420	Бифидолайф	180	20,40	5,04	4,3	7,2	90	216	25,2	171	0,18	0	0,07	1,26
386	Яблоко сладкое	100	9,0	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4
Итого:		350	34,40	10,05	14,58	53,59	388,31	234,36	32,97	211,78	1,56	0,01	0,18	5,26