

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

Утверждаю:
 Директор ООО «Здоровье Детско и Полезно»
 Бандалов Р. Ш.
 Дата: 18.09.2024 г.

Меню на 17.09.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Показатели ценности				Минеральные вещества и питательные														
				белок	жиры	углеводы	кислота	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C								
Завтрак:																						
182	Каша рисовая жидкая с маслом	150(150/3)	11,01	6,1	7,24	39,71	246,64	122,38		36	156,53	0,55	0,04	0,06	1,29							
1	Булгур с маслом сливочным	40(30/10)	11,28	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,01	0,00								
416	Каша с маслом	180	10,17	3,78	3,34	16,04	102,7	134,56	21,9	112,1	0,55	0,02	0,05	1,43								
Итого:		445	32,46	12,34	19,07	70,41	490,08	298,78	54,2	269,03	1	0,1	0,13	2,99								
Обед:																						
40	Винегрет овощной	60	3,0	0,79	3,68	4,74	55,38	13,92	12,45	26,91	0,51	0,1	0,03	6,15								
62	Борщ со свеклой капустой	180	6,57	1,08	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,58								
299/372	Котлеты рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	32,0	6,24	16,21	10,28	207,62	10,51	3,62	79,38	1,03	0,02	3,59	0,02								
330	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,0	7,45	5,62	36,58	230,41	12,85	117,65	176,63	3,95	0,02	0,18	0								
401	Блюдо из овощей	180	6,40	0,06	0	26,03	98,83	4,55	1,13	4,82	0,19	0	0	0,07								
	Хлеб пшеничный	70	2,10	2,38	0,24	14,38	71,4	6	4,2	19,3	0,33	0	0,03	0								
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00								
Итого:		750	59,17	18,04	27,59	126,25	797,87	78,54	87,86	289,25	3,98	1,42	4,63	16,45								
Полдник:																						
251/269	Запеканка из творога с молочным соусом	150(115/35)	29,56	20,86	7,60	22,89	239,79	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81								
419	Молоко ванильное	180	13,20	5,29	4,80	8,82	87,05	216,00	25,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34								
	Хлеб пшеничный	15	1,05	1,14	0,12	7,29	33,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0								
386	Груши свежие	100	20,40	0,4	0,3	9,5	42	19	12	16	2,3	0	0,02	5								
Итого:		445	64,01	28,19	12,17	47,1	402,54	399,47	46,82	323,93	1,14	0,11	0,2	63,15								

Повар _____

Медсестра _____