

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Объединит вкусно и Полезно"
 Санжялов Р. Ш.
 24.09.2024г.

Меню на 24 сентября 2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецепта	Наименование блюда	нет. 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)	20,00	8,62	8,29	37,6	258,88	128,91	102,96	223,36	3,09	0,04	0,17	1,3	
2	Булочка с повидлом	35(20/5/30)	10,39	2,42	4,36	28,38	161,8	9,6	6	24,6	0,42	0,03	0,04	0,48	
416	Какао с молоком	180	10,17	3,78	3,34	16,04	102,7	114,36	23,9	112,1	0,33	0,02	0,05	1,43	
Итого:		440	41,06	14,82	15,99	82,02	521,38	273,07	132,86	360,06	4,46	0,09	0,26	3,21	
Обед															
46	Пюре из овощей	50	4,0	0,66	1,07	3,93	46,35	11,03	9,86	21,33	0,41	0,15	0,03	4,0	
62	Вареное картофельное пюре	180	6,57	1,68	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,38	
305/372	Фрикадельки мясные в сметанном соусе	120(60/60)	34,00	9,41	7,67	8,67	137,53	32,58	13,94	105,18	1,39	0,02	0,05	0,63	
339	Пюре картофельное	130	10,13	2,76	7,1	17,2	143,51	32,34	34,33	71,69	0,86	0,13	0,12	4,32	
413	Чай с сахаром	200	2,0	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,38	71,4	6	4,7	19,3	0,33	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,04	0,19	12,21	73,50	3,13	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00	
Итого:		720	60,90	30,95	22,42	92	461,86	113,02	66,06	308,23	5,62	0,54	0,6	19,38	
Полдник															
229	Омлет натуральный	150(140/10)	32,00	14,08	25,04	2,87	290,91	109,83	18,2	242,7	2,7	0,14	0,08	0,52	
412	Чай с лимоном	180	3,0	0,12	0,02	10,2	40,21	2,27	0,84	1,23	0,04	0	0	1,93	
	Хлеб пшеничный	15	1,05	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,3	9,73	0,17	0	0,02	0	
386	Бананы свежие	100	14,50	1,3	0,1	21	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10	
Итого:		445	50,55	16,84	25,25	41,36	455,82	123,1	63,14	281,67	3,51	0,36	0,14	12,45	

Медсестра _____
 Повар _____