

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общество Вкусно и Полезно" _____
 Садылов Р. Ш.
 Дата: 25.09.2024 г.

Меню на 25 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	кислота	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C			
	Завтрак																
182	Каша рисовая нежир с маслом	155(150/5)	11,01	6,1	7,24	39,71	246,64	122,38	36	156,53	0,35	0,04	0,06	1,29			
1	Булочка с маслом сливочным	40(30/10)	13,28	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,60			
414	Кофейный напиток с молоком	200	9,51	3,16	2,73	14,31	97,24	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3			
	Итого:	445	31,80	11,62	18,46	68,68	498,08	250,78	54,2	269,83	1	0,1	0,12	2,59			
	Обед																
34	Салат из свеклы	60	3,0	0,81	3,65	4,72	53,91	21,09	12,54	34,51	0,8	0	0,01	5,7			
90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	6,48	4,40	2,44	13,17	93,83	21,41	26,92	91,17	1,05	0,22	0,11	14,48			
298/372	Шницель рубленый со сметанным соусом	108(70/30)	32,00	7,95	19,88	13,17	257,15	32,89	18,41	108,73	1,23	0,03	4,25	0,23			
332	Рис отварной	150	10,0	3,67	4,66	35,86	187,09	2,19	19,17	61,44	0,52	0,02	0,03	0			
390	Компот из свежих яблок	180	6,21	0,14	0,14	21,49	84,42	3,6	0,72	2,88	0,36	0	0,01	1,44			
	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 Целинный	30	2,10	2,04	0,19	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,33	0,00	0,20	0,00			
	Итого:	786	62,29	18,94	27,59	120,25	797,87	75,54	87,86	288,25	3,98	1,42	4,63	16,45			
	Полдник:																
251/369	Запеканка из творога с мякотным соусом	180(115/35)	29,36	20,86	7,03	22,89	229,79	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81			
419	Молоко кипяченое	180	13,20	3,29	4,80	8,82	47,05	214,00	23,20	162,00	0,18	0,04	0,07	1,34			
	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	Апельсин	100	18,0	0,9	0,2	8,1	40	34	13,83	21	0,3	0,01	0,04	0,68			
	Итого:	445	61,61	28,19	12,17	47,1	402,54	399,47	46,82	333,93	1,14	0,11	0,2	63,15			

Помар _____

Месяцестра _____