

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

  
 Утверждаю:  
 Директор ООО "Общество Вкусно и Полезно"  
 Сандалов Р. Ш.  
 Дата: 26.09.2024 г.

**Меню на 26 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	ккал	Ca	Mg	P	K	A	B1	C	
<b>Завтрак</b>															
182	Каша овсяная ячневая с маслом	135(130/5)	16,30	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97	
1	Вустерфа с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,33	0,04	0,03	0,00	
412	Чай с лимоном	180	3,0	0,12	0,02	10,20	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	1,93	
<b>Итого:</b>		<b>375</b>	<b>28,48</b>	<b>8,83</b>	<b>16,92</b>	<b>52,00</b>	<b>393,67</b>	<b>124,73</b>	<b>58,50</b>	<b>221,61</b>	<b>1,92</b>	<b>0,08</b>	<b>0,22</b>	<b>2,90</b>	
<b>Обед</b>															
21	Салат из белокочанной капусты	30	3,31	0,75	2,34	4,51	43,15	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,20	
72	Щи из свежей капусты	100	6,35	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,86	27,54	0,44	0,15	0,02	16,64	
299/272	Биточки рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	32,0	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,39	0,20	
330	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,0	7,45	3,62	36,56	230,41	12,85	117,65	176,63	3,95	0,02	0,18	0	
394	Компот из сухофруктов	180	4,30	0,34	0,00	19,33	75,65	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07	
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	4,20	19,50	0,33	0,00	0,03	0,00	
	Хлеб Целиковый	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,30	3,15	4,23	14,22	0,31	0,00	0,02	0,00	
<b>Итого:</b>		<b>615</b>	<b>54,38</b>	<b>19,46</b>	<b>27,78</b>	<b>96,05</b>	<b>721,93</b>	<b>98,35</b>	<b>141,50</b>	<b>317,86</b>	<b>5,91</b>	<b>0,27</b>	<b>3,82</b>	<b>31,31</b>	
<b>Воздушная</b>															
437	Пирожки печеные с картошкой	70	3,0	3,20	3,74	11,51	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99	
420	Простокваша (воздух)	200	22,67	3,6	3	32	191,32	236	32	192	0	40	0,06	2	
380	Минералка	100	21,60	0,76	0,29	7,70	38,00	33,25	10,43	16,13	0,09	0,01	0,08	36,10	
<b>Итого:</b>		<b>515,00</b>	<b>49,27</b>	<b>10,16</b>	<b>7,78</b>	<b>55,71</b>	<b>295,96</b>	<b>239,45</b>	<b>48,38</b>	<b>225,91</b>	<b>0,86</b>	<b>30,84</b>	<b>0,26</b>	<b>42,59</b>	

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_