

Согласовано:

 Директор

 Дата: _____ г.

Утверждено:

 Директор ООО «Общедоступно и Полезно»
 Санжалов Р.Ш.
 Дата: 09.06.2024 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 07.10.2024 года

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
Завтрак														
182	Блины пышки атарная с маслом сливочным	205(200/5)	18,38	7,47	7,4	36,5	240,73	153,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3
1	Бутерброд 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	0,03	0,00
413	Чай с лимоном	180	5,0	2,51	2,9	14,22	90,1	87,48	12,6	63,99	0,09	0,03	0,03	0,81
	Итого:	425	34,66	12,36	18,79	65,38	477,03	251,52	52,93	329,9	1,35	0,1	0,18	2,11
Обед														
42	Салат из моркови	60	4,0	0,75	0,06	6,57	38,03	15,53	21,89	31,68	0,4	1,13	0,03	2,80
87	Суп картофельный с горохом	180	4,0	3,66	3,84	14	106,44	21,08	25,38	62,55	1,43	0,22	0,16	3,31
323/372	Котлеты рубленные из телятины со смешанными соусами	95(75/20)	32,0	13,79	12,24	13,77	132,85	28,47	8,43	25,68	0,43	0,02	0,04	0,14
335	Макаронные изделия	150	7,47	1,83	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0
401	Каша из овсянки	200	7,10	0,97	0,06	28,92	109,81	3,03	1,28	5,36	0,21	0,00	0,00	0,07
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,34	14,38	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Цвикольский	30	2,10	2,04	0,39	12,21	71,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
	Итого:	765	58,77	25,73	23,41	99,84	635,93	89,68	62,95	204,59	3,56	0,29	0,42	2,2
Полдник														
441	Вареники с картофелем	70	3,0	4,71	2,49	48,81	232,66	15,08	9,21	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17
420	Бифштекс	200	22,67	5,6	1	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4
386	Макаронны	100	27,0	0,8	0,3	8,1	40	13	11	17	0,1	0,01	0,06	3,8
	Итого:	370	54,67	11,11	7,78	64,91	372,66	290,08	48,23	254,23	1,33	0,06	0,19	39,57

Повар _____
 Медсестра _____