

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

Утверждаю:  
 Директор ООО «Объединение Вкусно и Полезно»  
 Санжаров Р. Ш.  
 Дата: 09.10.2024 г.

Меню на 09.10.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины													
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C							
<b>Завтрак:</b>																					
182	Каши рисовая вязкая с маслом	155(150/5)	11,01	6,1	7,24	39,71	246,64	122,38	36	136,55	0,55	0,04	0,06	1,29							
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	11,28	2,56	8,49	14,66	146,20	8,60	6,20	22,50	0,15	0,04	0,01	0,00							
414	Кофейный напиток с молоком	200	9,51	3,16	2,75	14,31	97,24	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3							
<b>Итого:</b>		<b>445</b>	<b>31,80</b>	<b>11,62</b>	<b>18,46</b>	<b>68,68</b>	<b>490,08</b>	<b>250,78</b>	<b>54,2</b>	<b>269,05</b>	<b>1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,13</b>	<b>2,59</b>							
<b>Обед</b>																					
34	Салат из свеклы	60	3,0	0,81	3,65	4,72	33,91	21,09	12,54	24,31	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							
290/372	Шницель рубленый со сметанным соусом	100(70/30)	32,00	7,85	19,88	13,17	257,15	32,89	18,41	108,73	1,23	0,03	4,25	0,25							
332	Рис отварной	150	10,0	3,67	4,66	15,86	187,09	2,19	19,17	61,84	0,52	0,02	0,03	0							
390	Компот из яблок абрик.	180	6,21	0,14	0,14	21,49	84,02	3,6	0,72	2,88	0,56	0	0,01	1,84							
	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 пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,90	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00							
<b>Итого:</b>		<b>750</b>	<b>62,29</b>	<b>18,94</b>	<b>27,59</b>	<b>120,25</b>	<b>797,87</b>	<b>75,54</b>	<b>87,86</b>	<b>289,25</b>	<b>3,98</b>	<b>1,42</b>	<b>4,63</b>	<b>16,45</b>							
<b>Полдник:</b>																					
251/369	Запеканка из творога с молочным соусом	150(115/35)	29,36	20,86	7,03	23,89	239,79	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81							
419	Мороженое ванильное	180	13,20	5,28	4,80	8,82	87,05	216,00	35,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34							
	Хлеб пшеничный	15	1,05	1,14	0,12	7,79	35,7	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	23	0,3	0,01	0,04	60							
<b>Итого:</b>		<b>445</b>	<b>61,61</b>	<b>28,19</b>	<b>12,17</b>	<b>47,1</b>	<b>402,54</b>	<b>399,47</b>	<b>46,82</b>	<b>323,93</b>	<b>1,14</b>	<b>0,11</b>	<b>0,2</b>	<b>63,15</b>							

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_