

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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общественно-Полезно"
 Санжипов Р. Ш.
 Дата: 10.10.2024 г.

Меню на 10.10.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рец.	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	Каша овсяная вязкая с маслом	153(150г)	16,30	9,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97			
1	Булочки с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,01	0,00			
412	Чай с лимоном	180	3,0	0,12	0,02	10,20	40,21	2,21	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	1,93			
	Итого:	375	28,48	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	58,50	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90			
	Обед:																
21	Салат из брокколи с курицей	30	3,33	0,73	2,54	4,51	41,15	20,5	8,78	15,12	0,27	0,1	0,01	0,20			
72	Шницель свиной	180	6,35	1,28	1,87	4,32	58,79	31,93	12,46	27,34	0,44	0,13	0,02	16,64			
296/72	Пюре из картофеля 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	1,59	0,20			
330	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,0	7,45	3,62	36,56	230,41	12,85	117,63	170,63	1,95	0,02	0,18	0			
394	Компот из сухофруктов	180	4,50	0,34	0,06	18,33	75,63	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07			
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,38	71,40	6,00	4,20	19,50	0,13	0,00	0,03	0,00			
	Хлеб Целинный	30	2,10	2,04	0,19	12,21	73,50	3,13	4,23	14,22	0,35	0,00	0,02	0,00			
	Итого:	615	54,28	19,66	27,78	96,05	721,93	98,35	143,50	317,86	5,91	0,27	3,82	31,31			
	Полдник:																
477	Пирожки печеные с картофелем	70	5,0	5,20	3,74	31,31	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99			
420	Пряники (огурц)	200	22,67	5,6	5	27	101,32	236	32	192	0	40	0,06	2			
384	Мацароны	100	27,00	0,36	0,29	7,70	38,00	33,25	16,45	16,15	0,09	0,01	0,06	36,10			
	Итого:	315,00	54,67	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	30,04	0,26	42,59			

Повар _____

Медсестра _____