

Согласовано:
 Директор _____
 Дата: _____ г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Вкусно и Полезно" Санжков Р.Ш.
 Дата: 18.10.2024 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 18.10.2024 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 творожные с маслом	135(150/5)	13,80	5,33	6,51	30,67	200,26	102,83	23,38	174,81	0,68	0,04	0,05	0,97
3	Булочка с сыром	60(60/15/5)	16,54	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1
414	Кофейный напиток с молоком	200	9,31	1,2	2,73	16,09	106,44	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3
Итого завтрак:		415	39,85	15,06	17,27	66,19	493,3	364,83	48,43	367,31	1,38	0,12	0,14	2,37
Обед														
21	Салат из брокколи с курицей	50	3,20	0,75	2,54	4,31	43,15	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,2
82	Рапсовый Ленинградский	200	4,56	1,79	4,47	13,52	103,75	17,28	21,08	59,8	0,79	0,22	0,03	6,04
304/372	Тортельни с мясом и грибами со сметанным соусом	140(30/70)	34,0	8,72	9,13	10,95	137,23	26,78	13,53	88	1,21	0,01	0,04	0
334	Каша гречневая	150	11,77	2,95	4,85	13,62	107,88	85,06	28,23	56,83	1,07	0,09	0,04	26,11
294	Компот из сухофруктов	180	4,30	0,41	0	23,19	90,76	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,38	71,4	0	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,30	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
Итого:		780	62,23	18,94	21,62	92,58	647,67	152,77	79,55	253,47	4,01	0,42	0,35	50,35
Полдник														
432	Оладьи с повидлом	65(60/5)	8,91	4,82	4,69	29,52	180,09	48,74	10,78	61,69	0,15	0,01	0,07	0,47
420	Йогурт	180	20,40	5,04	4,5	19,8	91,19	212,4	28,8	172,8	0	36	0,05	1,8
388	Желее фруктовое	100	9,50	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4
Итого:		345	38,81	10,26	9,59	59,12	316,28	261,14	41,58	244,49	1,55	36,02	0,15	6,27

Повар _____
 Медсестра _____