

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

Утверждено:  
 Директор ООО "Образование и Полезно" \_\_\_\_\_  
 Санжалов Р. Ш.  
 Дата: 26.10.2024 г.

Меню на 24.10.2024 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	Fe	A	B1	C			
	<b>Завтрак:</b>																
182	Каша овсяная варено с маслом	155(150/5)	16,30	6,33	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97			
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	9,18	2,36	8,49	14,66	146,70	8,40	4,20	22,30	0,15	0,04	0,03	0,00			
412	Чай с лимоном	180	3,0	0,12	0,02	10,50	40,23	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	50	3,13	0,75	2,54	4,51	43,15	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,20			
72	Щи из свежей капусты	180	6,35	1,28	3,87	4,52	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,13	0,02	16,64			
296/372	Биточки рубленные со сметанным соусом	73(69/15)	52,0	6,63	16,49	10,88	213,22	25,65	15,34	90,34	1,04	0,02	3,59	0,20			
130	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,0	7,45	9,62	36,56	230,41	12,83	117,65	176,63	2,95	0,02	0,18	0			
394	Компот из сушеных фруктов	180	4,50	0,34	0,00	19,33	73,63	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07			
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,34	14,38	71,40	6,00	4,20	19,50	0,33	0,00	0,03	0,00			
	Хлеб Пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	71,50	3,15	4,23	14,32	0,35	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>143,58</b>	<b>317,86</b>	<b>5,91</b>	<b>0,27</b>	<b>3,82</b>	<b>31,31</b>			
	<b>Полдник:</b>																
437	Пирожки мясные с картофелем	70	5,0	5,20	3,74	31,51	181,97	29,20	13,83	63,76	0,77	0,03	0,16	4,99			
430	Простокваша (жирная)	200	22,67	5,6	5	32	101,32	236	32	192	0	40	0,06	2			
386	Макаронны	100	27,00	0,76	0,29	7,70	38,00	33,25	10,45	16,15	0,09	0,01	0,00	36,10			
	<b>Итого:</b>	<b>315,00</b>	<b>54,67</b>	<b>16,16</b>	<b>7,78</b>	<b>55,71</b>	<b>245,96</b>	<b>239,45</b>	<b>48,28</b>	<b>225,91</b>	<b>0,86</b>	<b>30,04</b>	<b>0,26</b>	<b>42,59</b>			

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_