

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

Директор ООО "Вкусно и Полезно"
 Санжолов Р. Д.
 Дата: 25.10.2024 г.

Меню на 25.10.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность			Материальные вещества и витамины							
				белки	жиры	углеводы	Са	Mg	P	Fe	A	B1	C	
Завтрак														
182	Каша овсян. молочн. с маслом	205(200/5)	18,87	9,44	8,98	44,44	290,77	204,82	30,64	184,99	0,61	0,01	0,11	2,13
3	Булочки с сыром	64(40/15/5)	15,18	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,3	0,6	0,06	0,03	0,1
416	Каша гречневая	180	10,17	3,78	3,34	16,04	102,7	134,56	23,9	112,1	0,35	0,02	0,05	1,43
	Итого:	445	44,22	19,75	20,35	79,96	580,07	480,58	65,29	399,59	1,76	0,13	0,21	3,66
Обед														
34	Салат из овощей	60	3,0	0,81	3,65	4,72	53,91	21,00	12,34	24,31	0,8	0	0,01	3,7
88	Суп картофельный с вермишелью	180	5,8	1,90	2,00	14,73	86,10	10,94	17,32	45,72	0,71	0,20	0,08	10,09
276/372	Котлеты рыбные запеченные со сметанным соусом	110(80/30)	35,00	11,05	3,61	9,5	113,3	46,92	72,44	149,62	0,49	0,03	0,07	0,36
336	Картофель отварной	150	10,81	2,92	4,71	22,22	144,94	14,63	29,33	75,29	1,13	0,17	0,25	6
394	Кисель из овсянки	200	7,10	0,66	0	28,92	109,81	4,55	1,15	4,82	0,19	0	0	0,07
	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 Целинный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,33	0,00	0,20	0,00
	Итого:	780	65,11	20,36	16,86	101,12	636,43	128,16	89,93	321,44	4,01	0,4	0,48	20,56
Полдник														
453	Булочка дрожжевая	70	5,0	4,61	9,68	36,39	253,31	8,36	5,77	32,78	0,38	0	0,08	0
438	Бифидоф	180	20,40	5,04	4,5	7,2	90	216	25,2	171	0,18	0	0,07	1,26
386	Молочное желе	100	9,30	0,4	0,4	9,8	43	10	2	8	1	0,01	0,03	4
	Итого:	350	34,90	10,05	14,58	53,89	388,31	234,36	32,97	211,78	1,50	0,01	0,18	5,26

Повар _____
 Медсестра _____