

Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
Директор ДООУ "Общественный детский сад "Вместно и Полезно"  
Сидянов Р.Ш.  
Дата: 21.11.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 13.11.2024 года

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
<b>Завтрак</b>														
182	Каша овсяная вязкая с маслом	155(130/5)	16,80	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97
3	Бутерброд с сыром	66(40/15/5)	17,66	6,33	8,03	19,48	186,0	141,2	10,83	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1
411	Чай с сахаром	200	2,0	0,07	0,02	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого завтрак:</b>		<b>415</b>	<b>36,46</b>	<b>12,95</b>	<b>16,46</b>	<b>57,72</b>	<b>435,97</b>	<b>255,26</b>	<b>64,31</b>	<b>306,39</b>	<b>2,13</b>	<b>0,1</b>	<b>0,24</b>	<b>1,07</b>
<b>Обед</b>														
42	Салат из моркови	30	3,33	0,05	5,47	23,88	12,96	18,24	26,4	0,34	0,96	0,01	2,4	
88	Суп картофельный с овощами	200	5,0	2,22	16,37	95,66	12,16	19,24	50,8	0,79	0,22	0,08	11,88	7,58
299/372	Биточки рубленные со сметанным соусом	73(60/15)	32,00	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	96,34	1,04	0,02	3,99	0,2
230	Каша овсяная рассычатая	140	6,44	6,16	4,63	33,63	204,34	22,45	31,94	148,38	2,35	0,02	0,11	0
412	Чай с лимоном	180	2,70	0,02	10,2	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93	1,8
	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	12,31	73,50	3,15	4,23	14,22	0,33	0,00	0,20	0,00
<b>Итого за обед:</b>		<b>685</b>	<b>53,67</b>	<b>19,82</b>	<b>28,39</b>	<b>103,88</b>	<b>751,63</b>	<b>103,44</b>	<b>84,86</b>	<b>336,31</b>	<b>5,89</b>	<b>0,28</b>	<b>4,02</b>	<b>21,83</b>
<b>Ужин</b>														
437	Пирожки печеные с картофелем	30	3,0	5,2	3,74	31,31	181,97	29,2	13,83	63,76	0,77	0,03	0,1	4,99
420	Пюре (бифидо)	200,00	20,40	6,00	3,00	8,40	102,00	372,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,90
386	Миндарины	100	20,50	0,8	0,1	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38
<b>Итого:</b>		<b>378</b>	<b>45,90</b>	<b>12</b>	<b>9,04</b>	<b>48,01</b>	<b>323,97</b>	<b>436,2</b>	<b>53</b>	<b>358,76</b>	<b>1,17</b>	<b>60,04</b>	<b>0,22</b>	<b>43,89</b>

Повар \_\_\_\_\_  
Медсестра \_\_\_\_\_