

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждено:  
 Директор ООО "Образовательный Центр «Ветеринария и Полезно»  
 Санзипов Р.Ш.  
 Дата: 18.11.2024 г.

**МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 18.11.2024 года**

| № 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 вареная с маслом сливочным           | 205(200/5) | 19,22        | 7,47             | 7,4          | 36,5         | 240,73        | 155,64                          | 36,13        | 243,41        | 0,91        | 0,04        | 0,12        | 1,3          |
| 1               | Булочка с маслом сливочным                        | 40(30/10)  | 12,48        | 2,36             | 3,49         | 14,66        | 146,30        | 8,40                            | 4,20         | 22,50         | 0,35        | 0,04        | 0,03        | 0,00         |
| 413             | Чай с молоком                                     | 180        | 3,0          | 2,33             | 2,9          | 14,22        | 90,1          | 87,48                           | 12,8         | 63,99         | 0,09        | 0,02        | 0,03        | 0,81         |
| <b>Итого:</b>   |   | <b>425</b> | <b>36,70</b> | <b>12,16</b>     | <b>18,79</b> | <b>65,38</b> | <b>477,03</b> | <b>251,52</b>                   | <b>52,93</b> | <b>329,9</b>  | <b>1,35</b> | <b>0,1</b>  | <b>0,18</b> | <b>2,11</b>  |
| <b>Обед:</b>    |   |            |              |                  |              |              |               |                                 |              |               |             |             |             |              |
| 42              | Салат из моркови                                  | 60         | 4,0          | 0,75             | 0,06         | 6,57         | 28,65         | 15,55                           | 21,89        | 31,68         | 0,4         | 1,15        | 0,03        | 2,80         |
| 87              | Суп картофельный с горошком                       | 180        | 6,61         | 3,66             | 3,84         | 14           | 106,44        | 21,08                           | 25,38        | 62,55         | 1,45        | 0,22        | 0,10        | 7,53         |
| 322/372         | Котлеты рубленные из говядины со сметанным соусом | 95(75/20)  | 32,0         | 13,79            | 12,24        | 13,77        | 132,85        | 28,47                           | 8,45         | 25,68         | 0,43        | 0,02        | 0,04        | 0,14         |
| 335             | Макаронные изделия                                | 150        | 8,30         | 3,85             | 4,58         | 11           | 90,21         | 2,13                            | 2,34         | 14,02         | 0,28        | 0,02        | 0,02        | 0            |
| 401             | Каша из пшеницы                                   | 200        | 7,10         | 0,07             | 0,00         | 28,92        | 109,81        | 5,03                            | 1,28         | 5,36          | 0,21        | 0,00        | 0,00        | 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 пшеничный                                    | 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         |
| <b>Итого:</b>   |   | <b>765</b> | <b>62,21</b> | <b>25,73</b>     | <b>23,41</b> | <b>99,84</b> | <b>655,93</b> | <b>89,68</b>                    | <b>62,95</b> | <b>204,99</b> | <b>3,56</b> | <b>0,29</b> | <b>0,42</b> | <b>2,2</b>   |
| <b>Полдник:</b> |   |            |              |                  |              |              |               |                                 |              |               |             |             |             |              |
| 441             | Воздушный с шоколадом                             | 70         | 5,0          | 4,71             | 2,49         | 48,81        | 232,66        | 15,08                           | 9,23         | 47,23         | 1,05        | 0,01        | 0,07        | 0,17         |
| 420             | Бюффе   | 200        | 22,67        | 3,6              | 5            | 8            | 100           | 240                             | 28           | 190           | 0,2         | 0,04        | 0,06        | 1,4          |
| 386             | Макаронные  | 100        | 20,0         | 0,8              | 0,3          | 8,1          | 40            | 35                              | 11           | 17            | 0,1         | 0,01        | 0,06        | 38           |
| <b>Итого:</b>   |   | <b>370</b> | <b>48,17</b> | <b>11,11</b>     | <b>7,79</b>  | <b>64,91</b> | <b>372,66</b> | <b>290,08</b>                   | <b>48,23</b> | <b>254,23</b> | <b>1,35</b> | <b>0,06</b> | <b>0,19</b> | <b>39,57</b> |

Повар \_\_\_\_\_  
 Мелодистра \_\_\_\_\_