

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ (Ф.И.О директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Утверждаю:  
 Директор ООО «Объединит Вкусно и Полезно»  
 Савельев Р. Ш.  
 19.11.2024 г.



**Меню на 19.11.2024 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения**

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества в процентах						
				белки	жиры	углеводы	кисл.	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C
<b>Завтрак</b>														
182	Каша гречневая нежирн с маслом	205(200/5)	20,00	8,62	8,29	37,6	256,88	128,91	102,98	223,36	3,69	0,04	0,17	1,3
2	Булочка с изюмом	55(20/5/30)	10,89	2,42	4,36	28,38	161,8	9,6	6	24,6	0,42	0,03	0,04	0,48
416	Каша с яблоком	180	10,17	3,78	3,34	16,04	103,7	134,56	31,8	113,1	0,55	0,03	0,05	1,43
<b>Итого:</b>		<b>440</b>	<b>41,06</b>	<b>14,82</b>	<b>15,99</b>	<b>82,02</b>	<b>521,38</b>	<b>273,07</b>	<b>132,86</b>	<b>369,96</b>	<b>4,06</b>	<b>0,09</b>	<b>0,26</b>	<b>3,21</b>
<b>Обед</b>														
46	Пюре из овощей	50	4,0	0,66	3,07	3,95	46,15	11,03	9,86	21,33	0,41	0,15	0,03	4,9
62	Бифштекс со свежей капустой	180	6,57	1,08	3,82	8,07	64,23	28,64	14,43	30,13	0,65	0,18	0,02	7,58
303372	Фрикадельки мясные в сметанном соусе	120(60/60)	34,00	9,41	7,67	8,67	137,53	32,58	13,94	103,18	1,39	0,02	0,05	0,63
339	Пюре картофельное	130	10,13	2,76	7,1	17,2	143,51	32,34	24,13	71,69	0,86	0,15	0,12	4,52
411	Чай с сахаром	200	2,0	0,07	0,03	11,1	42,11	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,3	0,33	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,30	5,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
<b>Итого:</b>		<b>720</b>	<b>60,90</b>	<b>20,95</b>	<b>22,42</b>	<b>92</b>	<b>661,86</b>	<b>113,02</b>	<b>86,06</b>	<b>300,23</b>	<b>5,62</b>	<b>0,54</b>	<b>0,6</b>	<b>19,38</b>
<b>Водяник</b>														
229	Омлет натуральный	130(140/10)	32,00	14,08	25,01	3,87	290,91	169,83	18,2	242,7	2,7	0,34	0,08	0,52
412	Чай с лимоном	180	3,0	0,12	0,02	10,2	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93
	Хлеб пшеничный	15	1,05	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0
386	Каша овсяная	100	15,50	1,5	0,1	21	89	8	42	28	0,6	0,02	0,04	10
<b>Итого:</b>		<b>445</b>	<b>51,55</b>	<b>16,84</b>	<b>25,25</b>	<b>41,36</b>	<b>455,82</b>	<b>123,1</b>	<b>63,14</b>	<b>281,67</b>	<b>3,51</b>	<b>0,36</b>	<b>0,14</b>	<b>12,45</b>

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