

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

Утверждаю:  
 Директор ООО «Общественно-Полезно»  
 Санжонов Р. Ш.  
 Дата: 26.11.2024 г.

Меню на 26.11.2024 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 и витамины |              |               |             |             |             |              |
|----------|----------------------------------------|-------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|---------------------------------|--------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
|          |                                        |             |              | белки            | жиры         | углеводы      | ккал          | Ca                              | Mg           | P             | Fe          | A           | В1          | C            |
|          | <b>Завтрак:</b>                        |             |              |                  |              |               |               |                                 |              |               |             |             |             |              |
| 182      | Каши рисовая вязкая с маслом           | 155(150/5)  | 11,90        | 6,1              | 7,24         | 39,71         | 246,64        | 122,38                          | 36           | 156,33        | 0,33        | 0,04        | 0,06        | 1,29         |
| 1        | Бутерброд с маслом сливочным           | 40(30/10)   | 11,80        | 2,36             | 8,49         | 14,66         | 146,20        | 8,40                            | 4,20         | 22,50         | 0,33        | 0,04        | 0,03        | 0,60         |
| 416      | Каши с мясом                           | 180         | 10,17        | 3,78             | 3,34         | 16,04         | 102,7         | 134,56                          | 23,9         | 112,1         | 0,33        | 0,02        | 0,05        | 1,43         |
|          | <b>Итого:</b>                          | <b>445</b>  | <b>33,87</b> | <b>12,24</b>     | <b>19,07</b> | <b>70,41</b>  | <b>490,08</b> | <b>250,78</b>                   | <b>54,2</b>  | <b>269,03</b> | <b>1</b>    | <b>0,1</b>  | <b>0,13</b> | <b>2,59</b>  |
|          | <b>Обед:</b>                           |             |              |                  |              |               |               |                                 |              |               |             |             |             |              |
| 40       | Винегрет овощной                       | 60          | 5,0          | 0,79             | 3,68         | 4,74          | 55,38         | 13,92                           | 12,45        | 26,91         | 0,51        | 0,2         | 0,03        | 6,15         |
| 62       | Пюре из свежей капусты                 | 180         | 6,37         | 1,08             | 3,82         | 8,07          | 64,23         | 28,64                           | 14,43        | 30,13         | 0,63        | 0,18        | 0,02        | 7,38         |
| 299/372  | Котлеты рубленные со сметанным соусом  | 75(60/15)   | 32,0         | 6,24             | 16,21        | 10,28         | 207,62        | 10,51                           | 3,62         | 79,38         | 1,03        | 0,02        | 3,59        | 0,02         |
| 330      | Каши гречневая рассыпчатая             | 130         | 5,0          | 7,43             | 5,62         | 36,56         | 230,41        | 12,85                           | 117,63       | 176,63        | 3,93        | 0,02        | 0,18        | 0            |
| 401      | Биточки из повидла                     | 180         | 6,40         | 0,06             | 0            | 26,03         | 98,81         | 4,53                            | 1,13         | 4,82          | 0,19        | 0           | 0           | 0,07         |
|          | Хлеб пшеничный                         | 30          | 2,30         | 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         | 73,50         | 3,15                            | 4,21         | 14,22         | 0,33        | 0,00        | 0,30        | 0,00         |
|          | <b>Итого:</b>                          | <b>750</b>  | <b>59,17</b> | <b>18,94</b>     | <b>27,59</b> | <b>120,25</b> | <b>797,87</b> | <b>75,54</b>                    | <b>87,86</b> | <b>289,25</b> | <b>3,98</b> | <b>1,42</b> | <b>4,63</b> | <b>16,45</b> |
|          | <b>Полдник:</b>                        |             |              |                  |              |               |               |                                 |              |               |             |             |             |              |
| 251/369  | Запеканка из творога с молочным соусом | 150(115/35) | 29,36        | 20,86            | 7,05         | 22,89         | 239,79        | 146,47                          | 19,32        | 129,18        | 0,49        | 0,06        | 0,07        | 0,81         |
| 419      | Молочко ватрушное                      | 180         | 13,20        | 5,29             | 4,80         | 8,82          | 87,05         | 216,00                          | 25,20        | 162,00        | 0,18        | 0,04        | 0,07        | 2,34         |
|          | Хлеб пшеничный                         | 15          | 1,03         | 1,14             | 0,12         | 7,29          | 33,7          | 3                               | 2,1          | 9,75          | 0,17        | 0           | 0,02        | 0            |
| 386      | Груши свежие                           | 100         | 18,00        | 0,4              | 0,3          | 9,3           | 42            | 19                              | 12           | 16            | 2,3         | 0           | 0,02        | 3            |
|          | <b>Итого:</b>                          | <b>445</b>  | <b>61,61</b> | <b>28,19</b>     | <b>12,17</b> | <b>47,1</b>   | <b>482,54</b> | <b>399,47</b>                   | <b>46,82</b> | <b>323,93</b> | <b>1,14</b> | <b>0,11</b> | <b>0,2</b>  | <b>83,15</b> |

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_