

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общедоступно и Полезно"
Сензлов Р.Ш.
Дата: 27.11.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 27.11.2024 года

№ п/п	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
	Завтрак													
182	Каши овсяная вязкая с маслом	155(150/5)	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	60(40/15/5)	17,66	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,83	102,5	0,8	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
	Итого завтрак:	415	36,46	12,95	16,46	57,72	435,97	255,26	64,31	300,39	2,33	0,1	0,24	1,07
	Обед													
42	Салат из моркови	30	3,53	3,07	3,97	23,88	12,96	18,18	26,4	0,34	0,06	0,03	2,4	
88	Суп картофельный с вермишелью	200	5,0	2,72	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	75(60/15)	32,80	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	65,34	90,34	1,04	0,02	3,99	0,2
330	Каши пшеничная рассыпчатая	140	6,44	8,16	4,05	33,63	204,14	22,45	31,94	180,38	2,35	0,03	0,11	0
412	Чай с лимоном	180	2,70	0,02	10,2	40,31	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93	1,8
	Хлеб пшеничный	30	2,30	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб (пшеничный)	30	2,30	2,04	0,39	12,31	75,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
	Итого за обед:	685	53,67	19,82	28,50	103,88	751,63	103,44	84,86	330,31	5,89	0,28	4,82	21,83
	Полдник													
437	Пирожки печеные с вареной рыбой	70	5,0	5,2	3,78	31,51	181,97	29,2	13,83	65,76	0,77	0,03	0,1	4,99
420	Йогурт (биолайф)	200/00	20,40	6,00	3,00	8,40	102,00	172,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,90
386	Мандарины	100	21,50	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	58
	Итого:	370	46,90	12	9,84	48,01	523,97	436,2	53	358,76	1,17	60,04	0,22	43,89

Повар _____
Медсестра _____