

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Объединение Вкусно и Полезно"
 Санжеев Р. Ш.
 дата: 04.12.2024 г.

Меню на 04.12.2024 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	B1	C	
	Завтрак														
182	Блины рисовые нежир с маслом	155(150/5)	11,01	6,1	7,34	39,71	246,64	122,38	36	156,53	0,55	0,04	0,06	1,29	
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	11,28	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,33	0,04	0,03	0,09	
414	Кофейный напиток с молоком	200	9,51	3,16	2,73	14,31	97,24	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3	
	Итого :	445	31,80	11,62	18,46	68,68	490,08	290,78	54,2	269,03	1	0,1	0,13	2,59	
	Обед														
34	Салат из свеклы	60	3,0	0,81	3,65	4,72	53,91	21,09	12,54	24,51	0,8	0	0,94	5,7	
98	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	6,88	4,40	2,44	13,17	93,83	21,41	26,92	91,17	1,05	0,22	0,11	14,48	
299/372	Шницель рубчатый со сметанным соусом	100(70/30)	32,00	7,95	19,88	13,17	257,15	52,89	18,41	108,73	1,23	0,03	4,25	0,25	
332	Рис отварной	130	10,0	3,67	4,66	35,86	187,09	2,19	19,17	61,44	0,52	0,02	0,01	0	
390	Компот из свежих яблок	180	6,71	0,14	0,14	21,49	84,42	3,6	0,72	2,88	0,36	0	0,01	1,44	
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,28	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,13	0	0,01	0	
	Хлеб Пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,30	3,15	4,23	14,22	0,35	0,06	0,20	0,00	
	Итого:	750	62,29	18,94	27,59	120,25	797,87	75,54	87,86	289,25	3,98	1,42	4,63	16,45	
	Вечернее:														
251/369	Запеканка из творога с яблоками соусом	150(115/35)	29,36	20,86	7,05	22,89	239,79	146,47	19,52	129,18	0,49	0,06	0,07	0,81	
419	Мороженое молочное	180	13,20	5,29	4,80	8,82	87,03	216,00	25,20	162,00	0,18	0,04	0,07	2,34	
	Хлеб пшеничный	15	1,05	1,14	0,12	7,29	35,7	3	2,1	9,75	0,17	0	0,02	0	
186	Апельсин	100	18,00	0,9	0,2	8,1	40	34	13,83	23	0,3	0,01	0,04	60	
	Итого:	445	41,61	28,19	12,17	47,1	402,54	399,67	46,82	323,93	1,14	0,11	0,2	63,15	

Повар _____

Медсестра _____