

Директор _____

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общедоступно и Полезно"
Семизов Р.Ш.
Дата: 13.12.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 13.12.2024 года

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральная ценность и витамины						
				белки	жиры	углеводы	кал.	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
	Завтрак													
182	Каша перловая вареная с маслом	155(150/5)	14,32	5,33	6,51	30,62	208,26	102,83	23,58	174,81	0,68	0,04	0,05	0,97
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	19,05	6,53	8,03	19,48	186,6	141,2	10,85	102,5	0,6	0,06	0,05	0,1
414	Кофейный напиток с молоком	200	9,51	3,2	2,73	16,09	166,44	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3
	Итого завтрак:	415	42,88	15,06	17,27	66,19	493,3	364,03	48,43	367,31	1,28	0,12	0,14	2,37
	Обед													
21	Салат из белокочанной капусты	50	3,20	0,75	2,54	4,51	43,15	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,2
82	Рассольник Ленинградский	200	4,56	1,79	4,47	13,52	103,75	17,28	21,08	39,8	0,78	0,22	0,05	6,04
304/372	Тфенди мясное из говядины со сметанным соусом	140(70/70)	34,0	8,72	9,13	10,95	157,23	20,78	13,53	88	1,21	0,01	0,04	0
354	Капуста тушеная	150	11,77	2,45	6,85	13,62	107,88	85,06	28,23	56,83	1,07	0,09	0,04	26,11
394	Каша из сухофруктов	180	4,50	0,41	0	23,19	90,36	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 Целинный	30	2,10	2,04	0,39	12,31	73,50	3,15	6,23	16,22	0,35	0,00	0,20	0,00
	Итого:	780	62,33	18,94	21,62	92,58	647,67	152,77	79,55	253,47	4,01	0,42	0,38	50,35
	Полдник													
432	Омлет с помидорами	65(60/5)	8,91	4,82	4,69	29,52	180,09	48,74	10,78	61,60	0,55	0,01	0,07	0,47
420	Восбург	180	20,80	3,04	4,5	19,8	91,19	212,4	28,8	172,8	0	36	0,05	1,8
386	Вбланн сасанн	100	9,50	0,4	0,4	9,8	43	10	2	8	1	0,01	0,03	4
	Итого:	345	38,81	10,26	9,59	59,12	316,28	261,14	41,58	244,49	1,55	36,02	0,15	6,27
Повар														

Повар _____

Мелодстра _____