

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

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит Вкусно и Полезно" _____
Савянов Р. Ш.
Дата: 19.12.2024 г.

Меню на 19.12.2024 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
	Запекан													
182	Каша овсяная вязкая с маслом	158(150G)	16,81	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,33	0,04	0,19	0,97
1	Пудинг с маслом сливочным	40(30/10)	12,48	2,36	8,49	14,66	146,20	8,46	4,30	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00
812	Чай с сахаром	110	3,0	0,12	0,02	10,20	40,21	2,27	0,81	1,22	0,01	0,00	0,00	1,55
	Итого:	375	32,29	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	58,56	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90
	Обед													
21	Салат из белокочанной капусты	30	3,33	0,73	2,34	4,51	43,15	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,20
72	Щи из свеклы капусты	180	6,35	1,28	3,87	4,32	58,79	31,93	12,46	27,54	0,44	0,13	0,02	16,64
299/372	Виточки рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	32,0	6,65	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	1,50	0,20
330	Каша гречневая рассычатая	130	4,0	7,43	3,62	36,56	230,41	12,85	117,68	176,63	5,95	0,02	0,18	0
394	Компот из сухофруктов	180	4,50	0,34	0,00	19,33	75,65	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,38	0,24	14,58	71,40	6,00	4,20	19,50	0,33	0,00	0,03	0,00
	Хлеб Целиковый	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,02	0,00
	Итого:	615	54,38	19,46	27,78	96,05	724,93	98,35	143,50	317,86	5,91	0,27	3,82	31,31
	Воспание													
437	Пирожки печеные с картофелем	70	5,0	5,20	3,74	31,51	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99
420	Простокваша (йогурт)	200	22,67	5,6	3	22	101,32	236	32	192	0	40	0,06	2
386	Магдарины	100	22,30	0,76	0,29	7,70	38,60	33,23	10,45	16,15	0,09	0,01	0,06	36,10
	Итого:	315,00	49,97	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	8,86	30,84	0,28	42,59

Повар _____

Медсестра _____