

Согласовано:

Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит Вкусно и Полезно"
 Санжаров Р.Ш.
 Дата: 25.12.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 25.12.2024 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	Каша овсяная вареной 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	0,6	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	2,13	0,1	0,24	1,07	
Обед															
42	Салат из моркови	30	1,33	0,05	5,47	23,88	12,96	18,24	26,4	0,34	0,96	0,03	2,8		
88	Суп картофельный с вермишелью	200	5,0	2,22	16,37	95,66	32,16	19,24	50,8	0,79	0,22	0,08	11,88	7,38	
299/372	Биточки рубленные со сметанным соусом	75(60/15)	32,00	6,63	16,49	10,88	213,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,59	0,2	
330	Каша пшенная рассыпчатая	140	6,64	6,16	4,65	33,63	204,14	22,45	31,94	140,38	2,35	0,02	0,11	0	
412	Чай с лимоном	180	2,70	0,02	10,2	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0	0	1,93	1,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0	
	Хлеб Пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,09	0,20	0,00	
Итого за обед:		685	53,67	19,82	28,30	103,88	751,63	103,44	84,86	330,31	5,89	0,28	4,82	21,83	
Полдник															
437	Пирожки печеные с картофелем	70	5,0	5,2	3,74	31,51	181,97	29,2	13,83	65,70	0,77	0,03	0,1	4,99	
420	Йогурт (биолайф)	200,00	20,40	6,00	5,00	8,40	162,00	372,00	42,00	276,00	0,30	60,00	0,06	0,00	
386	Молочница	100	20,40	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38	
Итого:		370	45,80	12	9,04	48,01	323,97	436,2	53	388,76	1,17	60,04	0,22	43,89	

Повар

Медсестра