

Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит. Вкусно и Полезно"
Савельев Р.Ш.
Дата: 27.12.2024 г.

МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 27.12.2024 года

№ 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	Каша перловая вареная с маслом	155(150/5)	14,32	5,33	6,51	39,62	200,26	102,83	23,58	174,81	0,68	0,04	0,05	0,97
3	Бутерброд с сыром	66(60/15/5)	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	2,75	16,09	106,44	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	1,39	0,12	0,14	2,37
	Обед													
21	Суп из безжированной 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	6,47	13,52	103,75	17,28	21,08	99,8	0,78	0,22	0,03	6,04
104/172	Теплица мясные 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	2,95	4,85	13,62	107,48	85,06	28,23	56,83	1,07	0,09	0,04	26,11
394	Компот из сухофруктов	180	4,50	0,41	0	23,19	90,76	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,28	0,34	14,58	71,4	6	4,2	19,3	0,13	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный	30	2,10	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,15	0,00	0,20	0,09
	Итого:	780	62,23	18,94	21,62	92,58	647,67	152,77	79,55	253,47	4,01	0,42	0,35	50,35
	Полдник													
432	Оладьи с повидлом	65(60/5)	8,91	4,82	4,69	29,52	180,09	48,74	10,78	63,69	0,55	0,01	0,07	0,47
420	Йогурт	180	20,40	5,04	4,5	19,8	91,19	212,4	28,8	172,8	0	36	0,03	1,8
386	Яблоки свежие	100	9,50	0,4	0,4	9,8	45	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

Медсестра