

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит Вкусно и Полезно"
Светлана Саняпов Р.Ш.
Дата: 05.02.2024 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 05.02.2024 года

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность					Минеральные вещества и витамины										
				белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	A	B1	C					
	Завтрак																		
182	Каша вязкая ячневая с маслом сливочным	205(200/5)	17,10	7,47	7,4	36,5	240,73	155,64	36,13	243,41	0,91	0,04	0,12	1,3					
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	8,94	2,36	8,49	14,66	146,20	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,00					
413	Чай с молоком	180	5,0	2,53	2,9	14,22	90,1	87,48	12,6	63,99	0,09	0,02	0,03	0,81					
	Итого:	425	31,04	12,36	18,79	65,38	477,03	251,52	52,93	329,9	1,35	0,1	0,18	2,11					
	Обед																		
42	Салат из моркови	50	3	0,62	0,05	5,47	23,88	12,96	18,24	26,4	0,34	0,96	0,03	2,4					
90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	7	4,89	2,71	14,64	104,25	23,79	29,91	101,3	1,16	0,25	0,12	16,09					
322/372	Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	95(75/20)	34,70	13,79	12,24	13,77	132,85	28,47	8,45	25,68	0,43	0,02	0,04	0,14					
335	Макаронная отварная	150	6,79	1,85	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0					
401	Кисель из повидла	200	5,50	0,07	0,00	28,92	109,81	5,05	1,28	5,36	0,21	0,00	0,00	0,07					
	Хлеб пшеничный	30	1,98	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0					
	Хлеб Цивильный	30	1,98	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00					
	Итого:	765	60,95	25,73	23,41	99,84	635,93	89,68	62,95	204,59	3,56	0,29	0,42	22					
	Подливки																		
441	Ватрушки с повидлом	70	8,40	4,71	2,49	48,41	232,66	15,08	9,23	47,23	1,03	0,01	0,07	0,17					
420	Кефир	200	14	5,6	5	8	100	240	28	190	0,2	0,04	0,06	1,4					
386	Мацарини	100	19,20	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38					
	Итого:	370	41,60	11,11	7,79	64,51	372,66	290,08	48,23	254,23	1,33	0,06	0,19	39,57					

Повар _____
Медсестра _____