

Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит. Вкусно и Полезно"
 Санзаянов Р.Ш.
 Дата: 19.02.2024 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 19.02.2024 года

№ п/п	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность										
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Са	Мг	Р	Fe	А	В1	С
182	Завтрак Каша овсяная 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	1,2
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	2,23	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 консервами	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 рыбные на гарни 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	Макроны отварные	150	6,45	1,85	4,18	11	90,21	2,13	2,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0
401	Консель из помидов	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 Целинный	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	59,84	25,73	23,41	99,84	635,93	89,68	62,95	204,59	3,56	0,29	0,42	22
	Полдник													
441	Ватрушка 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	Мангоница	100	18,00	0,8	0,3	8,1	40	35	11	17	0,1	0,01	0,06	38
	Итого:	370	40,40	11,11	7,79	64,51	372,66	290,08	48,23	254,23	1,33	0,06	0,19	39,57

Получил _____
 Местеспра _____