

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

Утверждено:
Директор ООО "Общественное питание"
Савилов Р.Ш.
Дата: 22.05.2025 г.

Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 23.05.2025г.
Весенне-летний сезон.

Восемне-летний сезон.																			
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	День 10(Пятница)															
				Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества											
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
Завтрак	3	Бутерброд с сыром (40/15)	55	15,02	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25			
	182	Каша гречневая на молоке	200	21,4	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	137,2	4,61			
		Чай с молоком	200	5,23	90,1	2,53	2,9	14,22	0,03	0,21	0,02	0	67,48	63,99	12,6	0,09			
		Итого завтрак	455	41,65	410,56	14,65	12,79	56,86	0,25	0,98	0,1	0,74	322,38	394,89	158,55	4,95			
Завтрак 2																			
	338	Яблоки св. порциями	100	11,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1			
		Салат из белокочанной капусты	60	6	54,1	0,96	3	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34			
Обед																			
	103	Суп картофельный с рисом	200	9,83	123,07	5,78	4,74	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86			
	290	Птица тушеная в смет. соусе	80	27,53	208,08	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05			
	312	Пюре картофельное	150	18,07	178,58	4,41	8,2	19,75	0,14	5,19	0,17	0,29	37,78	82,73	27,75	0,99			
	342	Компот из св. яблок	200	8,32	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4			
		Хлеб Дарницкий	30	2,22	73,5	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
		Хлеб пшеничный	30	2,22	73,5	1,57	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22			
		Итого обед	790	74,19	746,29	28,85	36,45	71,91	0,26	39,31	0,44	3,98	105,62	169,07	61,42	2,64			
Полдник																			
	376	Чай с сахаром	200(15)	2,5	56,85	0,1	0,03	14,95	0	0	0	0	0	0	0	0			
		Печенье	50	10,6	175	1,4	1,7	38,6	0	0	0	0	0	0	0	0			
		Итого полдник	250	13,3	231,85	1,5	1,73	53,59	0	0	0	0	0	0	0	0			