

Согласовано:

 Директор (ФИО директора)
 Дата: _____ г.

Утверждено:

 Директор ООО "Общепит
 Санитарии Р.И.
 Дата: 04.06.2023
 (подпись)

Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения по 04.06.2023г.
Весенне-летний сезон.

Всегоми-летний сезон.																	
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	День 8 (Средн)										Витамины и минеральные вещества		
					Пищевая ценность												
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	219	Сырники из творога с повидлом	100/20	42,7	287,48	21,68	17,94	34,28	0,84	0,66	73,8	0,57	281,4	313,70	36,68	0,76	
	382	Накис с молоком	200	11,89	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98	
	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	
		Итого завтрак	375	69,61	484,48	28,92	24,72	60,09	0,89	2,13	73,88	0,71	626,52	554,96	76,43	1,99	
Завтрак 2	338	Яблоко с порциями	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
	71	Огуры свежие порциями	60	6,31	7,2	0,42	0,06	1,14	0,02	2,94	0,02	2,72	10,2	18	8,4	0,1	
	82	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	205(200/5)	14,21	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94	
	249	Жаркое по домашнему из птицы	200	44,27	348,64	18,52	20,68	18,94	0,14	7,72	0,14	2,54	34,86	235,14	48,54	4,42	
		Напиток из плодов шиповника	200	8,17	100	0,68	0,28	20,74	0,02	100	0,02	0	21,34	1,44	3,44	0,64	
		Хлеб Дарницкий	30	2,22	73,5	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Хлеб пшеничный	30	2,22	73,5	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	7,8	0,22	
		Итого	725	77,4	692,88	25,83	26,41	61,25	0,24	120,54	0,4	7,24	106,12	312,87	85,2	6,52	
Полдник		Йогурт	200	23,55	91,19	5,04	4,5	19,8	0,05	1,8	36	0	212,4	172,8	28,8	0	
		Булочка дорожная	70	8,14	253,31	4,61	9,68	36,59	0,08	0	0	0	8,36	0,38	5,77	0,38	
		Итого полдник	270	31,69	344,5	9,65	14,18	56,39	0,13	1,8	36	0	220,76	173,18	34,57	0,38	