

Согласовано:

Директор

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Директор ОО «Детский сад "Батыревский"»
Сензатов Р.Ш.
025 г.



МЕНЮ для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 17.01.2025 года

№ рецеп.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	В1	C
	Завтрак:													
182	Каша перловая вязкая с маслом	155(150/5)	14,32	5,13	0,31	30,62	200,26	102,83	23,58	174,81	0,68	0,04	0,05	0,97
3	Бутерброд с сыром	60(40/15/5)	20,04	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	2,73	16,09	106,44	120	14	90	0,1	0,02	0,04	1,3
	Итого завтрак:	415	43,87	15,06	10,77	66,19	493,3	364,03	48,43	367,31	1,38	0,12	0,14	2,37
	Обед:													
21	Салат 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	Рисовый суп Ленивградский	200	4,56	1,79	4,47	13,52	103,75	17,28	21,08	59,4	0,78	0,22	0,03	0,04
304/372	Гарнир макароны из твердых сортов пшеницы	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
335	Макароны отварные	150	8,54	1,85	4,18	11	90,21	2,13	3,34	14,02	0,28	0,02	0,02	0
394	Компот из сухофруктов	180	4,30	0,41	0	21,19	90,76	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,16	2,28	0,24	14,58	71,4	6	4,2	19,5	0,33	0	0,03	0
	Хлеб Цвиканский	30	2,16	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,35	0,00	0,20	0,00
	Итого:	780	59,12	18,94	11,62	92,58	647,67	152,77	79,55	253,47	4,61	0,42	0,36	50,35
	Полдник:													
432	Овощи с помидорами	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	56	0,05	1,8
386	Яблоки свежие	100	11	0,4	0,4	9,8	45	10	2	8	1	0,01	0,03	4
	Итого:	345	40,31	10,26	9,59	59,12	316,28	261,14	41,58	244,49	1,88	56,02	0,15	6,27

Повар

Медсестра