

Согласовано:

Директор

(ФИО директора)

Дата: _____ г.



Утверждаю:

Директор ФГБН ВНИИ Питания С.И. Бальневский

С.И. Бальневский

Дата: 29.01.2025 г.

Меню на 23.01.2025 года для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения

№ п.р.	Наименование блюда	вес блюда	Цена, руб.	Пищевая ценность				Минеральные вещества и витамины						
				белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	C
	Завтрак													
182	Каша овсяная яловая с маслом	155(150/5)	16,81	6,35	8,41	27,14	207,26	114,06	53,46	197,89	1,53	0,04	0,19	0,97
1	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	13,69	2,36	8,49	14,66	146,30	8,40	4,20	22,50	0,35	0,04	0,03	0,08
412	Чай с лимоном	180	3,0	0,12	0,02	10,20	40,21	2,27	0,84	1,22	0,04	0,00	0,00	1,93
	Итого:	375	33,50	8,83	16,92	52,00	393,67	124,73	58,50	221,61	1,92	0,08	0,22	2,90
	Обед													
21	Салат из безжированной капусты	30	3,33	0,75	2,54	4,51	43,13	20,5	8,28	15,12	0,27	0,1	0,01	18,20
72	Щи из свеклы капустные	180	4,35	1,28	3,87	4,52	58,79	31,91	12,46	27,34	0,44	0,15	0,02	16,64
299/372	Ветчина рубленая со сметанным соусом	75(60/15)	32,0	6,63	16,49	10,88	211,22	25,63	15,34	90,34	1,04	0,02	3,39	0,29
330	Каша гречневая рассычатая	130	3,0	7,45	5,62	36,56	230,41	12,85	117,65	176,63	3,95	0,02	0,18	0
394	Компот из сухофруктов	180	4,50	0,34	0,00	19,33	73,63	4,55	1,15	4,82	0,19	0,00	0,00	0,07
	Хлеб пшеничный	30	2,36	2,28	0,24	14,38	71,40	6,00	4,20	19,50	0,33	0,00	0,03	0,00
	Хлеб Целинный	30	2,16	2,04	0,39	12,21	73,50	3,15	4,23	14,22	0,33	0,00	0,02	0,00
	Итого:	615	55,50	19,46	27,78	96,05	721,93	98,35	143,50	317,86	5,91	0,27	3,82	31,31
	Полдник													
437	Пирожки печеные с картофелем	70	7,0	5,20	3,74	31,51	181,97	29,20	13,83	65,76	0,77	0,03	0,16	4,99
420	Простокваша (Йогурт)	200	22,67	5,0	5	22	101,32	236	32	192	0	40	0,06	2
386	Макаронные	100	22,30	0,76	0,39	7,70	38,00	33,25	16,45	16,15	0,09	0,01	0,06	16,10
	Итого:	315,00	51,97	10,16	7,78	55,71	295,96	239,45	48,28	225,91	0,86	30,04	8,26	42,99

Повар _____

Медсестра _____