

Утверждаю  
Директор

П. А. Мутяев  
(расшифровка подписи)

20.03.2024  
Детское  
и лечебное  
питание  
для дошкольников

**Меню 12.03.2024 г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак 60,00</b>			
250	<b>№266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/250</b> <small>молоко 3,2%, геркулес вес. сахар свек., масло сл. в с</small>	Калорийность-286, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-36	22-89
70	<b>№499 Запеканка из творога 1/70</b> <small>творог обезж (0,250гр), сахар свек., манная крупа, сметана 15%, масло сл. в с, яйцо Ic 023</small>	Калорийность-198, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-11	30-91
15	<b>№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/15</b> <small>сахар свек., курага б/к</small>	Калорийность-20, Жиры-2, Углеводы-1	1-78
200	<b>№493 Чай с сахаром 1/200</b> <small>сахар свек., чай 1кг</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-01
20	<b>№108 Батон Колос 0,400 гр 1/20</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-41
<b>Итого за Завтрак 60,00</b>		Калорийность-611, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-73	<b>60-00</b>
<b>Обед 85,00</b>			
100	<b>№33 Салат "Прелесть"</b> <small>морковь св, яблоки, курага б/к, сахар свек., зелень (пет укроп)</small>	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-15	12-88
10	<b>№404 Птица отварная 1/10</b> <small>кур, грудка, морковь св, зелень (пет укроп)</small>	Калорийность-28, Белки-3, Жиры-2	5-33
250	<b>№157 Суп с макаронными изделиями 1/250</b> <small>вермишель в с, морковь св, лук, репка, соль, подприв., масло раст 1л, том пасто 1л</small>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	3-78
185	<b>№370 Плов из отварной говядины 1/185</b> <small>говядина б/к, рис пропар., морковь св, лук, репка, масло раст 1л, соль, подприв., масло сл. в с</small>	Калорийность-326, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-36	51-55
200	<b>№507 Компот из свежих плодов или ягод 1/200</b> <small>яблоки, сахар свек.</small>	Калорийность-81, Углеводы-20	7-44
50	<b>№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50</b>		4-02
<b>Итого за Обед 85,00</b>		Калорийность-623, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-87	<b>85-00</b>

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Богрекова В.В.

Утверждаю  
ДиректорП. А. Мутяев  
(расшифровка подписи)

20 г

**Меню 12.03.2024 г**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед 97,44</b>			
60	<b>№33 Салат Прелесть 1/60</b> <small>морковь св, яблоки, курага б.к, сахар, зелень (нет укрин)</small>	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-9	7-68
200	<b>№157 Суп с макаронными изделиями 1/200</b> <small>вермишель в с, морковь св, лук-репка, соль йодиров., масло раст 1г, зелень (нет укрин), том паста 1г</small>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	4-18
15	<b>№357 Мясо отварное 1/15</b> <small>говядина б.к, морковь св, лук-репка</small>	Калорийность-42, Белки-4, Жиры-3	17-70
180	<b>№370 Плов из отварной говядины 1/180</b> <small>говядина б.к, рис пропар., морковь св, масло сл. в с, лук-репка, соль йодиров.</small>	Калорийность-317, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-35	56-42
200	<b>№507 Компот из свежих плодов или ягод 1/200</b> <small>яблоки, сахар свек.</small>	Калорийность-81, Углеводы-20	7-44
50	<b>№109 Хлеб ржаной 0,650гр 1/50</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	4-02
<b>Итого за Обед 97,44</b>		Калорийность-664, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-94	97-44
<b>Завтрак 97,44</b>			
150	<b>№ 266 Каша из хлопьев овсянных Геркулес жидкая 1/150</b> <small>молоко 3,2%, геркулес вес, сахар свек., масло сл. в с</small>	Калорийность-171, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-22	13-73
120	<b>№499 Запеканка из творога 1/120</b> <small>творог обезж (0,250гр), сахар свек., манная крупа, сметана 15%, масло сл. в с, яйцо 1с 0,23</small>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-19	59-88
30	<b>№453 Соус абрикосовый (из кураги) 1/30</b> <small>сахар свек., курага б.к</small>	Калорийность-40, Жиры-3, Углеводы-3	3-99
20	<b>№100 Сыр твердый порциями 1/20</b>	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5	14-21
200	<b>№493 Чай с сахаром 1/200</b> <small>сахар свек., чай 1г</small>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-01
30	<b>№108 Батон Колос 0,400 гр 1/30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-62
<b>Итого за Завтрак 97,44</b>		Калорийность-751, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-74	97-44

Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав.  
производством

Богрекова В.В.

