

# Меню (18)



«Утверждаю»

Директор

10 ноября 20\_\_ г.

на 10 ноября 2021 года

## Меню на питание детей в возрасте от 3-х до 7-ми лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда в граммах	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Омлет натуральный	105	9,28	8,03	2,86	193	0,18	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В. А. Сборник №299, 2016 г.
	Какао с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	
	Батон нарезной	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	
	Масло сливочное	8	0,048	6,67	-	59,84	0,056	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>15,02</b>	<b>17,55</b>	<b>35,78</b>	<b>435,44</b>	<b>1,04</b>	
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания- <b>Итого:</b>	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	
Обед	Салат из свежей капусты со свеклой	60	0,55	2,6	3,5	38	13,9	
	Суп овощной с зел. горошком, сметаной	250	2,8	3,2	10,02	74,5	31,24	
	Курица тушеная в томатном соусе	70	7,42	9,33	2,58	106	1,5	
	Рис с овощами	150	3,86	7	25,6	212	5,95	
	Компот из груш	200	0,16	0,12	24,08	98	0,86	
	Хлеб из смеси ржаной и пшеничной муки	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>17,29</b>	<b>22,75</b>	<b>87,03</b>	<b>630,5</b>	<b>65,49</b>	
Полдник	Йогурт питьевой 3,2% натуральный	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	
	Батон нарезной	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>8,06</b>	<b>4,94</b>	<b>26,12</b>	<b>183,6</b>	<b>0,54</b>	
Ужин	Сельдь малосоленая	60	5,3	6,5	0,91	116	1	
	Салат из картофеля с зеленым горошком, яйцом «Зимний»	200	9	10,4	14	232	55,6	
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77	1,19	
	<b>Итого по приему пищи:</b>		<b>14,3</b>	<b>16,9</b>	<b>26,89</b>	<b>391</b>	<b>56,63</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>55,57</b>	<b>62,14</b>	<b>194</b>	<b>1716,14</b>	<b>75,88</b>	

Стоимость питания на одного ребенка (полный день) – 95,95 рублей.

г. Тверь

Основание: Контракт (договор) - 2021 г.

Руководитель: \_\_\_\_\_ А.В.Попков

Зам. Главного бухгалтера: Лавренова С.Е. Лавренова

Заведующий производством (Шеф повар) \_\_\_\_\_