

Сотрсовано:  
Директор

Дата "07" сентября 2023

Меню

День: четверг

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Утверждено:  
М.Н. Федотова  
Дата "07" сентября 2023



**Завтрак**

№	Наименование порции	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг										Минеральные в-ва, мг				
		Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
392	Бутерброд с сыром	50,00	5,77	7,95	14,62	0,04	0,06	0,10	0,06	0,16	0,22	139,20	96,00	9,45	0,49	13,95	0,96	4,03	0,00	
720	Каша из риса и пшена с маслом М 175	210,00	6,18	11,62	33,36	0,10	0,14	1,30	0,06	0,21	0,20	127,36	156,69	36,40	0,77	195,33	10,05	4,73	0,02	
569	Хлеб пшеничный	40,00	3,04	0,32	19,44	0,04	0,01	0,00	0,00	0,04	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	1,28	2,40	0,00	
728	Чай с сахаром М 376	200,00	0,10	0,03	14,99	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

№	Наименование порции	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг										Минеральные в-ва, мг				
		Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
429	Салат из свежих овощей М 52	60,00	0,81	3,65	4,72	0,01	0,02	5,70	0,00	1,64	0,00	21,09	24,51	12,54	0,80	0,00	3,99	0,40	0,00	
745	Ци из свежих овощей с картофелем М 200/5	205,00	1,50	4,94	6,49	0,05	0,04	18,04	0,21	1,92	0,00	33,19	40,01	17,79	0,63	252,28	3,53	0,28	0,01	
708	Биточки рыбные с соусом М 50/50 269	120,00	11,46	11,45	13,81	1,67	0,12	1,42	0,02	0,32	0,03	34,88	133,00	21,49	1,86	203,60	6,99	1,20	0,15	
871	Макаронные изделия М 309 150 гр	200,00	7,19	6,24	43,19	0,07	0,03	0,00	0,03	1,11	0,10	5,42	51,46	9,21	1,08	92,52	1,04	0,07	0,00	
755	Компот из черной смородины М 348	200,00	0,34	0,00	23,65	0,00	0,01	0,45	0,00	0,27	0,00	11,89	12,33	15,16	0,45	128,39	0,08	0,04	0,00	
571	Хлеб ржаной-пшеничный	40,00	2,92	0,52	14,20	0,07	0,03	0,00	0,00	0,56	0,00	14,80	71,20	22,00	1,08	0,00	1,76	2,20	0,00	



Соттосовано: Директор

Дата "07" сентября 2023

Утверждаю: М.Н. Федотова  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 Дата "07" сентября 2023



Меню

День: четверг  
 Месяц: сентябрь  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

№	Наименование порции	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг										Минеральные в-ва, мг				
		Бес	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д	Ca	P	Mg	Fe		K	Se		
392	Бутерброд с сыром	50,00	5,77	7,95	14,62	162,80	0,04	0,06	0,10	0,06	0,16	0,22	139,20	96,00	9,45	0,49	13,95	0,96	4,03	0,00
569	Хлеб пшеничный	40,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04	0,01	0,00	0,04	0,04	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	1,28	2,40	0,00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10	260,00	7,59	12,45	40,84	301,32	0,12	0,17	1,63	0,06	0,24	0,21	158,37	192,64	44,64	0,93	241,94	12,52	5,79	0,02
728	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,03	14,99	56,85	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Обед

№	Наименование порции	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг										Минеральные в-ва, мг				
		Бес	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д	Ca	P	Mg	Fe		K	Se		
429	Салат из свежих овощей	100,00	1,35	6,08	7,87	89,85	0,02	0,04	9,50	0,00	2,73	0,00	35,15	40,85	20,90	1,33	0,00	6,65	0,66	0,00
711	Линза с картофелем со сметаной 250/5	255,00	1,85	5,94	8,26	98,12	0,06	0,05	21,86	0,25	2,37	0,00	38,64	50,06	21,86	0,78	302,70	4,25	0,35	0,01
708	Биточки рыбные с соусом 50/50_269	120,00	11,46	11,45	13,81	198,72	1,67	0,12	1,42	0,02	0,32	0,03	34,88	133,00	21,49	1,86	203,60	6,99	1,20	0,15
592	Макаронные изделия отварные	200,00	7,05	6,50	42,30	260,59	0,07	0,03	0,00	0,03	1,09	0,10	5,42	50,54	9,02	1,06	90,68	1,02	0,07	0,00
712	Компот из черной смородины	200,00	0,34	0,00	23,65	92,81	0,00	0,01	0,45	0,00	0,27	0,00	11,89	12,33	15,16	0,45	128,39	0,08	0,04	0,00
571	Хлеб ржаной-пшеничный	40,00	2,92	0,52	14,20	75,60	0,07	0,03	0,00	0,00	0,56	0,00	14,80	71,20	22,00	1,08	0,00	1,76	2,20	0,00



