

Согласовано:
Директор

Дата 07 09 2023



Утверждаю:
Директор ООО «Комбинат питания»
М.Н. Федотова
Дата 07 09 2023

Меню

День: четверг

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F	
392	Бутерброд с сыром	50.00	14.02	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	2.84	3.04	0.32	19.44	95.20	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	
886	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М_175	260.00	16.21	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 М_376	200.00	1.57	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	0.00

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной М_52	100.00	3.73	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	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	4.09	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 рубленые с соусом 50/50_269	120.00	41.38	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 М_309	200.00	7.02	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 чернослива _348	200.00	6.53	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 ржано-пшеничный	40.00	0.00	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

Согласовано:
Директор

Дата "07" сентября 2023



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

Меню

День: четверг

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	14.02	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
720	Каша из риса и пшена с маслом М_175	210.00	14.25	6.18	11.62	33.36	259.24	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	2.84	3.04	0.32	19.44	95.20	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	1.57	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

№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной М_52	60.00	2.24	0.81	3.65	4.72	53.91	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	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205.00	3.07	1.50	4.94	6.49	79.76	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 рубленые с соусом 50/50 269	120.00	41.38	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
871	Макаронные отварные М_309 150 гр	200.00	6.92	7.19	6.24	43.19	262.49	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 чернослива М_348	200.00	6.53	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 ржано-пшеничный	40.00	0.00	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

Согласовано:
Директор

Дата "07" сентября 2023



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

Меню

День: четверг
Неделя:
Сезон:
Возрастная группа: 3 - 7 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
923	Каша вязкая манная с маслом 205 г	205.00	13.88	9.44	8.98	44.44	290.77	0.11	0.24	2.13	0.05	0.72	0.16	204.82	184.99	30.64	0.61	400.92	14.76	16.16	0.03
391	Бутерброд с джемом	55.00	8.30	2.42	4.36	28.38	161.80	0.04	0.01	0.48	0.03	0.24	0.08	9.60	24.60	6.00	0.42	0.75	0.96	1.85	0.00
802	Чай с лимоном 180/10/7 (д/ш) №412	180.00	2.51	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
766	Пюре картофельное 150г(д/ш)	150.00	8.09	3.15	5.24	19.73	139.75	0.14	0.11	5.19	0.15	0.18	0.09	36.98	81.78	27.75	0.99	578.70	8.44	1.02	0.00
838	Винегрет овощной 50г(с 3-7 лет)№46	60.00	4.31	0.79	3.68	4.74	55.38	0.03	0.03	6.15	0.20	1.68	0.00	13.92	26.91	12.45	0.51	76.89	2.31	0.20	0.00
817	Суп картофельный с вермишелью 180г(д/ш)	200.00	2.87	2.11	2.22	16.37	95.66	0.08	0.05	11.88	0.22	1.11	0.00	12.16	50.80	19.24	0.79	277.24	3.76	0.29	0.00
906	Шницель из свинины со сметанным соусом (3-7 лет)	105.00	34.63	8.39	20.22	13.89	264.17	4.49	0.11	0.27	0.02	0.47	0.08	34.42	114.63	19.49	1.30	132.13	6.36	1.34	0.39
854	Компот из свежих яблок 150 г (д/ш) №390	180.00	5.41	0.14	0.14	21.49	84.42	0.01	0.01	1.44	0.00	0.14	0.00	3.60	2.88	0.72	0.36	100.08	0.72	0.11	0.00
851	Хлеб Дарницкий	30.00	1.77	2.04	0.39	12.21	73.50	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.15	14.22	4.23	0.35	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.13	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00

Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
813	Булочка Дорожная № 453	70.00	4.25	4.61	9.68	36.59	253.31	0.08	0.02	0.00	0.00	3.42	0.00	8.36	32.78	5.77	0.38	55.53	0.68	2.73	0.01
905	Кефир 2,5 %-ной жирности	180.00	12.01	5.04	4.50	7.20	90.00	0.05	0.31	1.26	0.04	0.00	0.09	216.00	171.00	25.20	0.18	262.80	16.20	0.00	0.04
911	Бананы свежие 100 г	100.00	24.20	1.50	0.10	21.00	89.00	0.04	0.05	10.00	0.02	0.40	0.00	8.00	28.00	42.00	0.60	358.00	0.05	1.00	0.01