

Согласовано:
Директор

Дата "14" сентября 2023



Утверждаю:
Директор ООО «Комбинат питания»
М.Н. Федотова
Дата: "14" 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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
922	Каша рисовая вязкая с маслом д/ш 200/5	205.00	13.31	6.10	7.24	39.71	246.64	0.06	0.14	1.29	0.04	0.23	0.12	122.38	156.53	36.00	0.55	179.94	9.54	8.82	0.02
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.13	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
769	Кофейный напиток с молоком(с 1-3лет) №414	200.00	7.11	3.16	2.73	14.31	97.24	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02

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
789	Салат из моркови 50г(с 3-7 лет)№42	60.00	2.65	0.75	0.06	6.57	28.65	0.03	0.04	2.88	1.15	0.23	0.00	15.55	31.68	21.89	0.40	0.00	2.88	0.06	0.03
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
920	Шницель из свинины со сметанным соусом 95 г	100.00	33.52	7.95	19.88	13.17	257.15	4.25	0.11	0.25	0.03	0.46	0.10	32.89	108.73	18.41	1.23	125.43	6.03	1.28	0.37
795	Рис отварной 150 г(с1-3 лет) №179	150.00	8.87	3.67	4.66	35.86	187.09	0.03	0.02	0.00	0.02	0.27	0.08	2.19	61.44	19.17	0.52	42.33	0.76	8.20	0.00
854	Компот из свежих яблок 150 г(д/ш) №390	180.00	5.25	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
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
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

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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
913	Запеканка из творога 150 г с молочным соусом	150.00	37.79	20.86	7.05	22.89	239.79	0.07	0.30	0.81	0.06	0.32	0.21	146.47	129.18	19.52	0.49	189.31	11.53	35.67	0.04
567	Молоко кипяченое М_385	180.00	9.99	5.29	4.80	8.82	87.05	0.07	0.27	2.34	0.04	0.00	0.09	216.00	162.00	25.20	0.18	262.80	16.20	3.60	0.04
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.07	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00
914	Апельсин 100 г	100.00	0.00	0.90	0.20	8.10	40.00	0.04	0.03	60.00	0.01	0.20	0.00	34.00	23.00	13.00	0.30	197.00	2.00	0.50	0.02

Согласовано:
Директор

Дата "14" сентября 2023



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата "14" сентября 2023

Меню

День: четверг

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.13	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
882	Макароны отварные с сыром 150 гр М_204	155.00	16.71	9.18	9.22	27.69	233.83	0.05	0.06	0.14	0.07	0.83	0.27	65.05	110.05	12.14	0.87	78.41	0.68	2.95	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.47	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
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
729	Яйцо вареное М_209	40.00	7.80	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	10.74	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	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
739	Салат из белокочанной капусты М_45	60.00	2.08	0.89	3.05	5.39	51.64	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	200.00	3.08	1.51	3.98	11.42	87.80	0.04	0.03	14.40	0.18	1.88	0.00	18.80	40.08	16.60	0.52	174.84	2.47	1.41	0.01
652	Фрикадельки в соусе М_280	100.00	27.41	7.99	9.09	10.99	153.75	0.05	0.08	1.52	0.01	2.29	0.04	29.39	91.65	12.98	1.22	174.11	5.30	1.27	0.03
753	Каша пшеничная вязкая 150 М_303	200.00	6.26	5.67	6.08	33.51	213.71	0.11	0.05	0.00	0.03	0.95	0.10	21.12	129.45	29.30	2.16	114.47	0.00	34.95	0.00
707	Компот из изюма М_348	200.00	7.82	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

Согласовано:
Директор

Дата "14" сентября 2023

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М. Н. Федотова
Дата "14" сентября 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
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.13	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.47	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
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
881	Макароны отварные с сыром 200гр М_204	205.00	17.42	10.97	9.41	38.33	286.32	0.07	0.07	0.14	0.07	1.10	0.27	66.21	121.92	14.52	1.13	101.51	0.94	2.95	0.00
729	Яйцо вареное М_209	40.00	7.80	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	10.74	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	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
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	3.46	1.48	5.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	250.00	3.86	1.89	4.97	14.28	109.76	0.05	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.65	218.55	3.09	1.76	0.01
652	Фрикадельки в соусе М_280	100.00	27.41	7.99	9.09	10.99	153.75	0.05	0.08	1.52	0.01	2.29	0.04	29.39	91.65	12.98	1.22	174.11	5.30	1.27	0.03
709	Каша пшеничная вязкая 200г М_303	200.00	7.93	5.50	8.39	32.65	230.22	0.11	0.05	0.00	0.04	0.95	0.14	21.12	125.87	28.29	2.09	110.95	0.00	33.76	0.00
707	Компот из изюма М_348	200.00	7.82	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00