

Согласовано:
Директор

Дата "12" сентября 2023



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата "12" сентября 2023

Меню

День: вторник

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	
751	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223	155.00	40.61	20.73	15.83	16.88	295.22	0.06	0.33	0.34	0.09	0.47	0.23	209.25	286.49	28.19	0.80	154.76	11.56	37.44	0.04	
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
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	
609	Бутерброд с повидлом	55.00	6.17	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00	
569	Хлеб пшеничный	50.00	3.55	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	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
25	Винегрет овощной (67)	60.00	5.15	0.80	6.06	4.11	74.60	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	4.96	1.57	4.87	10.71	90.04	0.04	0.04	9.88	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.38	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100.00	17.75	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
644	Рис отварной М_304	200.00	13.23	4.91	8.14	47.83	266.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	7.23	0.57	0.00	32.21	126.05	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
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 "12" сентября 2023



Утверждаю:
Директор ООО «Комбинат питания»
М.Н.Федотова
Дата: "12" сентября 2023

Меню

День: вторник

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 (мкг)	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F		
751	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223	215.00	56.32	28.76	21.95	23.41	409.50	0.09	0.46	0.47	0.13	0.65	0.32	290.25	397.38	39.10	1.11	214.66	16.04	51.93	0.05	
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
609	Бутерброд с повидлом	55.00	6.17	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	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	28.00	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	

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 (мкг)	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
25	Винегрет овощной (67)	100.00	8.59	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	6.58	2.04	5.96	14.37	114.89	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100.00	17.75	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
874	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	13.23	4.91	8.14	47.83	266.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	7.23	0.57	0.00	32.21	126.05	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
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 "12" сентября 2023



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата "12" сентября 2023

Меню

День: вторник

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
836	Каша гречневая вязкая с маслом 200/5 (с 3-7 лет) №182	205.00	12.19	8.62	8.29	37.60	256.88	0.17	0.20	1.30	0.04	0.41	0.13	128.91	223.36	102.96	3.09	317.75	10.48	4.61	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
322	Какао с молоком	180.00	7.40	3.78	3.34	16.04	102.70	0.05	0.17	1.43	0.02	0.01	0.05	134.56	112.10	23.90	0.55	190.78	9.90	2.20	0.03

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
838	Винегрет овощной 50г(с 3-7 лет) №46	50.00	3.59	0.66	3.07	3.95	46.15	0.03	0.02	5.13	0.16	1.40	0.00	11.60	22.42	10.38	0.43	64.07	1.92	0.17	0.00
855	Суп картофельный с горохом 180г (№87)	180.00	2.60	3.66	3.84	14.00	106.44	0.16	0.05	7.53	0.22	1.74	0.00	21.08	62.55	25.38	1.45	163.51	3.20	2.08	0.00
901	Фрикадельки мясные с соусом сметанным №372	120.00	34.64	9.41	7.67	8.67	137.53	0.05	0.10	0.63	0.02	0.16	0.08	32.58	105.18	13.94	1.39	195.10	6.22	1.16	0.03
876	Пюре картофельное 150 гр М_312	130.00	8.96	2.76	7.10	17.20	143.51	0.12	0.10	4.52	0.15	0.19	0.13	32.34	71.69	24.13	0.86	504.16	7.31	0.91	0.00
797	Компот из груш 150г (д/ш) №390	180.00	11.22	0.14	0.11	21.38	83.34	0.01	0.01	1.80	0.00	0.14	0.00	6.84	5.76	4.32	0.83	55.80	0.36	0.04	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
915	Омлет натуральный 150 г	150.00	32.79	14.08	25.01	2.87	290.91	0.08	0.54	0.52	0.34	0.80	2.59	109.83	242.70	18.20	2.70	207.95	3.60	33.21	0.01
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
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
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