

Согласовано:
Директор: 
Дата: 03 октября 2023г.

Дата: 03 октября 2023г.



Утверждаю:
Директор ООО «Комбинат питания»
М.Н. Федотова
Дата: 03 октября 2023г.

Меню

День: вторник
Неделя: 1 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
718	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М. 173	210,00	13,67	7,84	13,56	32,78	280,90	0,18	0,16	1,30	0,06	0,80	0,20	143,83	234,95	70,05	1,69	147,50	10,94	14,82	0,02
569	Хлеб пшеничный	40,00	3,07	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
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
609	Бутерброд с повидлом	55,00	9,86	2,40	4,36	27,68	158,80	0,04	0,01	0,10	0,02	0,08	0,08	10,00	22,80	5,60	0,60	0,75	0,96	1,85	0,00

Обед

№ рец. блюда	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)	80,00	5,03	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	11,18	4,30	7,40	10,71	105,07	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
743	Тфтели рубленые с соусом 60/50 М. 279	110,00	29,63	7,47	8,37	8,05	139,10	0,03	0,06	0,00	0,02	2,86	0,03	18,26	78,60	13,66	1,14	175,16	4,57	1,28	0,02
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М. 302	155,00	7,53	8,88	6,31	42,64	266,46	0,21	0,11	0,00	0,02	0,61	0,08	14,90	205,90	137,20	4,61	286,75	2,31	4,04	0,01
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
730	Компот из смеси сухофруктов М. 345	200,00	4,31	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