



Согласовано:
Директор *Н.М.Васильева*
Дата: 19 октября 2023г.



Утверждаю:
Директор ООО "Консалтинг" *М.Н. Федотова*
М.Н. Федотова
19 октября 2023г.

Меню

День: понедельник
Неделя: 1 неделя

Сезон:

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецептура	Наименование порции, г	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг										Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е (мкг)	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Са	F					
6998	Яблоки свежие порция	100.00	8.18	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				
402	Сыр (голландский) М.15	25.00	19.89	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.08	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00				
741	Кефир молочный с сахаром 150/5 М.173	155.00	9.30	6.48	7.31	32.08	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01				
6997	Корейский напиток с молотом 379	200.00	8.73	3.30	2.73	24.98	146.30	0.04	0.18	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	8.00	2.00	0.02				
589	Хлеб пшеничный	20.00	1.54	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.04	1.20	0.00				

Обед

№ рецептура	Наименование порции, г	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг										Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е (мкг)	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Са	F					
477	Суп картофельный с овощами М.102	200.00	8.67	8.85	6.77	15.64	132.87	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.96	27.88	1.61	181.68	3.46	2.31	0.00				
739	Салат из болгарской капусты М.45	80.00	2.10	0.89	3.05	5.39	51.64	0.02	0.02	21.60	0.12	1.38	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01				
738	Приготовление котлеты	100.00	34.82	8.36	10.48	11.92	172.94	1.12	0.08	7.45	0.09	1.79	0.00	23.16	101.05	23.76	1.69	129.04	4.14	0.77	0.10				
871	Макароны отварные М.309 150 гр	200.00	8.57	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				
597	Чай с фруктовыми соком	200.00	6.34	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	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				