

Согласовано  
Директор

Дата "16 октября 2023г."



Утверждаю  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотов  
Дата "16 октября 2023г."

## Меню

День: понедельник

Неделя: 1 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)	Se (мкг)		
698	Яблоки свежие порциями	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	0.01
402	Сыр (порциями) М 15	25.00	19.89	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.09	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.83	0.01
741	Каша молочная пшеница с маслом 150/5 М 173	155.00	9.30	6.48	7.31	32.06	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	100.18	153.86	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	8.73	3.30	2.73	24.96	148.30	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	0.01
569	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	0.64	1.20	0.01

### 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)	Se (мкг)			
477	Суп картофельный с бобовыми М 102	200.00	8.67	5.65	8.77	15.84	132.87	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.88	1.61	181.68	3.48	2.31	0.01	
739	Салат из белокочанной капусты М 45	60.00	2.10	0.89	3.05	5.39	51.84	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.16	0.01	
738	Котлеты рубленые с томатным соусом 50/50 М 289	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	1.89	129.04	4.14	0.77	0.01	
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	0.01	
597	Чай с фруктовым 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	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	0.01