

Согласовано  
Директор

Дата " " 202

Утверждаю  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата "19" октября 2023г.

### Меню

День четверг  
Неделя 1 неделя  
Сезон  
Возрастная группа: 7 - 11 лет

#### Завтрак

№ рецепта	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)	F		
382	Бутерброд с сыром	50,00	17,54	5,77	7,95	14,62	162,80	0,04	0,06	0,10	0,06	0,16	0,22	139,20	96,00	9,45	0,49	13,95	0,95	4,03	0,00	
720	Каше из риса и пшена с маслом М. 175	210,00	14,94	6,18	11,62	33,36	259,24	0,10	0,14	1,30	0,06	0,21	0,20	127,36	156,69	36,40	0,77	165,33	10,05	4,73	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	
728	Чай с сахаром М. 378	200,00	1,32	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

#### Обед

№ рецепта	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)	F	
900	Кисель из повидла	200,00	7,22	0,07	0,00	26,92	109,81	0,00	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	5,05	5,38	1,28	0,21	70,07	0,00	0,08	0,00
851	Хлеб Дарницкий	40,00	2,35	2,72	0,52	16,28	96,00	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
426	Салат из свеклы отварной М. 52	60,00	2,29	0,81	3,85	4,72	53,91	0,01	0,02	5,70	0,00	1,64	0,00	21,09	24,51	12,54	0,60	0,00	3,99	0,40	0,00
745	Цд из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205,00	9,68	4,03	7,46	6,46	93,77	0,05	0,04	18,04	0,21	1,92	0,50	33,19	40,01	17,79	0,63	252,28	3,53	0,28	0,01
708	Биточки рубленные с соусом 50/50_269	100,00	26,84	7,78	7,98	10,22	140,12	1,12	0,08	1,49	0,02	0,26	0,03	27,70	91,73	15,52	1,27	136,95	5,05	0,88	0,10
871	Макаронны отварные М. 308 150 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