

## Меню на 16 ноября 2023 г.

ООО

"ОБЩЕПИТ"

" "

Подписано цифровой подписью: ООО "ОБЩЕПИТ"  
 DN: 1.2.643.100.4=120A32313132303034303738,  
 1.2.643.100.3=120B30323530303437393135,  
 1.2.643.100.1=120D31313232313336303030333034,  
 1.2.643.3.13.1.1=120C3231313230303033393036,  
 c=RU, st=21 Чувашская Республика - Чувашия,  
 l=МОРГАУШСКИЙ Р-Н, street=МОРГАУШИ С, 50 ЛЕТ  
 ОКТЯБРЯ УЛ, д. 6, ОФИС 57, o=ООО "ОБЩЕПИТ",  
 cn=ООО "ОБЩЕПИТ", title=ДИРЕКТОР,  
 givenName=НАДЕЖДА ВАСИЛЬЕВНА,  
 sn=ЯРГУНКИНА  
 Дата: 2023.11.10 15:24:42 +03'00'

День: четверг  
 Неделя: первая  
 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	I(мкг)	Se(мкг)	F
720	Каша из риса и пшена с маслом М_175	210.00	14.15	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	195.33	10.05	4.73	0.02
392	Бутерброд с сыром	50.00	15.53	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	0.96	4.03	0.00
729	Яйцо вареное М_209	40.00	13.80	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.67	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_376	200.00	1.31	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

Итого 48 руб. 46 коп.

## 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	I(мкг)	Se(мкг)	F
443	Салат из моркови с изюмом М_66	60.00	4.48	0.73	0.05	13.22	54.52	0.04	0.04	3.45	0.90	0.22	0.00	18.63	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
937	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом со сметаной	205.00	10.18	4.25	5.26	6.50	94.12	0.10	0.37	18.02	0.34	1.96	0.00	33.07	39.58	17.53	0.61	252.28	3.53	0.28	0.01
976	Фрикадельки со сметанным соусом с луком 511 Шк	100.00	27.08	6.98	6.93	7.84	122.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.44	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
753	Каша пшеничная вязкая 150 М_303	150.00	4.53	4.25	4.56	25.13	160.28	0.08	0.03	0.00	0.02	0.72	0.08	15.84	97.09	21.98	1.62	85.85	0.00	26.21	0.00
755	Компот из чернослива М_348	200.00	4.88	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.37	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00

Итого 53 руб. 52 коп.

## 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	I(мкг)	Se(мкг)	F
991	Пирожки печеные с яблоками 100 гр	100.00	21.76	7.54	9.41	0.69	883.44	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
724	Какао с молоком М_382	200.00	9.12	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

Итого 30 руб. 88 коп.

## Меню на 16 ноября 2023 г.

День: четверг  
Неделя: первая  
Возрастная группа: 12 лет и старшеООО  
"ОБЩЕП  
ИТ"Подписано цифровой подписью: ООО  
"ОБЩЕПИТ"  
DN: 1.2.643.100.4=120A32313132303034303738,  
1.2.643.100.3=120B3032353530303437393135,  
1.2.643.100.1=120D313132323133363030303330  
34,  
1.2.643.3.131.1.1=120C3231313230303033333930  
36, c=RU, st=21 Чувашская Республика -  
Чувашия, l=МОРГАУШСКИЙ Р-Н,  
street=МОРГАУШИ С, 50 ЛЕТ ОКТЯБРЯ УЛ, д. 6,  
ОФИС 57, o=ООО "ОБЩЕПИТ", cn=ООО  
"ОБЩЕПИТ", title=ДИРЕКТОР,  
givenName=НАДЕЖДА ВАСИЛЬЕВНА,  
sn=ЯРГУНЬКИНА  
Дата: 2023.11.10 15:25:26 +03'00'

## 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	I(мкг)	Se(мкг)	F	
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М_175	250.00	15.44	7.30	11.97	39.26	289.73	0.11	0.17	1.56	0.06	0.23	0.20	152.28	185.23	42.92	0.89	232.63	12.04	5.57	0.02	
392	Бутерброд с сыром	50.00	15.53	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	0.96	4.03	0.00	
729	Яйцо вареное М_209	40.00	13.80	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	
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.67	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_376	200.00	1.31	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	

Итого 49 руб. 75 коп.

## 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	I(мкг)	Se(мкг)	F	
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100.00	7.47	1.22	0.08	22.04	90.87	0.06	0.06	5.75	1.50	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.88	99.45	3.76	0.16	0.06	
937	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом со сметаной	255.00	12.66	5.29	6.54	8.09	117.07	0.13	0.46	22.42	0.42	2.44	0.00	41.14	49.24	21.81	0.76	313.81	4.39	0.35	0.01	
976	Фрикадельки со сметанным соусом с луком 511 Шк	100.00	27.08	6.98	6.93	7.84	122.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.44	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
709	Каша пшеничная вязкая 200г_303	210.00	8.16	5.77	8.81	34.28	241.73	0.11	0.05	0.00	0.04	1.00	0.15	22.18	132.16	29.70	2.20	116.50	0.00	35.45	0.00	
712	Компот из чернослива_348	200.00	4.88	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00	
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.37	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00	

Итого 62 руб. 62 коп.