Согласовано
Директор

Дата 02.11.2023

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
«КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»
И.Н. Федотова
02 ноября 2023г

Меню

Возрастная группа 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
358	Яйца вареные	40.00	8.39	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
751	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223	155.00	43.34	20.73	15.83	16.88	295.22	0.08	0.33	0.34	0.09	0.47	0.23	209.25	286.49	28.19	0.80	154.78	11.56	37.44	0.04
728	Чай с сахаром М_378	200.00	1.32	0.10	0.03	14.99	58.85	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
608	Бутерброд с повидлом	55.00	9.77	2.40	4.36	27.68	158.60	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
569	Хлеб пшеничный	50.00	3.84	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00

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
25	Винегрет овощной (57)	60.00	5.11	0.80	6.05	4.11	74.80	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	68.69	1.83	0.16	0.00
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	11.33	4.30	7.40	10.71	105.07	0.04	0.04	9.86	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.90	4.54	0.38	0.01
701	Котлеты рубленные из филе птицы с соусом 50/50	100.00	17.72	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.62	1.30	0.00
644	Рис отварной М_304	200.00	14.81	4.91	8.14	47.83	288.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.46	82.62	25.56	0.69	58.79	1.91	19.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	4.53	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
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