Согласовано:
Директор
Дата "22" ноября 2023

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата "22"ноября 2023г

# Меню

День: среда
Неделя:2 неделя
Сезон:
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 |
| 910 | Яблоки свежие 100 г (д/ш) | 100.00 | 9.55 | 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 |
| 401 | Масло (порциями) М_14 | 10.00 | 6.60 | 0.08 | 8.25 | 0.08 | 74.80 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 0.04 | 0.10 | 0.15 | 2.40 | 3.00 | 0.00 | 0.02 | 1.50 | 0.00 | 0.10 | 0.00 |
| 741 | Каша молочная пшенная 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 | 0.16 | 0.11 | 100.18 | 153.66 | 40.80 | 1.07 | 182.40 | 8.41 | 2.55 | 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 |
| 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 |

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 |
| 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 |
| 739 | Салат из белокочанной капусты М_45 | 100.00 | 3.50 | 1.48 | 5.08 | 8.98 | 86.07 | 0.03 | 0.04 | 36.01 | 0.21 | 2.32 | 0.00 | 40.57 | 29.96 | 16.42 | 0.54 | 236.70 | 2.87 | 0.25 | 0.01 |
| 485 | Суп с макаронными изделиями М_111 | 200.00 | 8.21 | 4.97 | 6.60 | 12.53 | 111.07 | 0.03 | 0.01 | 0.76 | 0.16 | 2.06 | 0.00 | 7.92 | 23.80 | 7.27 | 0.40 | 32.80 | 0.88 | 0.05 | 0.00 |
| 732 | Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234 | 100.00 | 18.74 | 7.23 | 5.02 | 10.95 | 118.76 | 0.06 | 0.04 | 0.62 | 0.03 | 2.54 | 0.03 | 45.26 | 102.07 | 8.82 | 0.40 | 37.53 | 2.62 | 1.00 | 0.00 |
| 706 | Пюре картофельное 200гр_312 | 200.00 | 14.89 | 4.24 | 10.94 | 26.34 | 220.37 | 0.19 | 0.15 | 6.92 | 0.23 | 0.29 | 0.19 | 50.38 | 110.31 | 37.00 | 1.32 | 772.35 | 11.25 | 1.40 | 0.01 |
| 755 | Компот из чернослива М_348 | 200.00 | 5.45 | 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 |