Согласовано
Директор

Дата 27 ноября 2023

Утверждаю
"Директор ОО "Комбинат питания"
_____ М.Н Федотова
Дата 26 ноября 2023г

# Меню

День понедельник
Неделя 1 недели
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 |
| 402 | Сыр (порциями ) М_15 | 25.00 | 19.17 | 5.75 | 5.97 | 0.00 | 90.00 | 0.01 | 0.08 | 0.17 | 0.06 | 0.13 | 0.24 | 220.00 | 125.00 | 8.75 | 0.25 | 22.00 | 0.00 | 3.63 | 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 |
| 697 | Кофейный напиток с молоком_379 | 200.00 | 8.73 | 3.30 | 2.73 | 24.96 | 146.30 | 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 | 0.02 |
| 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 | 0.00 |

## 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 | 60.00 | 2.10 | 0.89 | 3.05 | 5.39 | 51.64 | 0.02 | 0.02 | 21.60 | 0.12 | 1.39 | 0.00 | 24.34 | 17.98 | 9.85 | 0.33 | 142.02 | 1.72 | 0.15 | 0.01 |
| 477 | Суп картофельный с бобовыми М_102 | 200.00 | 8.83 | 6.90 | 6.77 | 15.64 | 133.45 | 0.18 | 0.05 | 8.91 | 0.20 | 1.93 | 0.00 | 24.02 | 69.86 | 27.88 | 1.61 | 181.68 | 3.46 | 2.31 | 0.00 |
| 738 | Котлеты рубленые с томатным соусом 50/50 М_269 | 100.00 | 33.69 | 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 | 1.69 | 129.04 | 4.14 | 0.77 | 0.10 |
| 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 | 0.00 |
| 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 |