Согласовано
Директор

Дата 7.12.2023

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М Н Федотова
Дата "11" декабря 2023

Меню

День: понедельник
Неделя: 1 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 (Дш)	100.00	10.23	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	9.00	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	0.06	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.83	0.00
741	Каша молочная пшенная с маслом 150/5 М_173	155.00	9.94	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	6.41	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
738	Котлеты рубленые с томатным соусом 50/50 М_269	100.00	34.81	8.36	10.46	11.92	172.94	1.12	0.08	7.45	0.09	1.79	0.00	23.18	101.05	23.76	1.69	129.04	4.14	0.77	0.10
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	8.77	6.90	6.77	15.64	133.45	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.96	27.86	1.61	181.08	3.46	2.31	0.00
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	11.04	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.68	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.36	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00