Согласовано
Директор

Дата 12 2023

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 14 декабря 2023г

Меню

День четверг
Неделя 1 неделя
Сезон
Возрастная группа 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции	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
382	Бутерброд с сыром	50.00	17.10	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
720	Каша из риса и пшена с маслом М_175	210.00	15.22	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
728	Чай с сахаром М_376	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
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	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	Ница вареные	40.00	16.50	5.06	4.60	0.28	62.80	0.04	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
900	Кисель из повидла	200.00	7.77	0.07	0.00	28.92	109.61	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.02
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	16.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
426	Салат из свеклы отварной М_52	60.00	2.29	0.81	3.65	4.72	53.91	0.01	0.02	5.70	0.00	1.64	0.00	21.09	24.51	12.54	0.80	0.00	3.99	0.40	0.00
745	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205.00	9.66	4.27	7.46	8.49	94.35	0.05	0.04	18.04	0.21	1.92	0.00	33.19	40.01	17.79	0.63	252.28	3.53	0.28	0.01
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	100.00	28.64	7.78	7.98	10.22	140.12	1.12	0.08	1.49	0.02	0.26	0.03	27.70	91.73	15.52	1.27	139.95	5.05	0.88	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