



Согласовано  
Директор  
Дата 28.12.2023



Утверждаю:  
Директор ООО «Комбинат питания»  
М.Н.Федотова  
Дата 28 декабря 2023

Меню

День четверг  
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 |                        | В1           | В2   | С    | А    | Е    | Д (мкг) | Са                   | Р      | Mg    | Fe   | К (мкг) | Se (мкг) | F    |      |      |
| 392   | Бутерброд с сыром                    | 50.00         | 17.50  | 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        | 16.13  | 6.13            | 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        | 1.33   | 0.10            | 0.03  | 14.99    | 56.55                  | 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 | 0.00 |
| 569   | Хлеб пшеничный                       | 40.00         | 3.17   | 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 |                        | В1           | В2   | С     | А    | Е    | Д (мкг) | Са                   | Р     | Mg    | Fe   | К (мкг) | Se (мкг) | F    |      |
| 900   | Кисель из повидла                                   | 200.00        | 7.77   | 0.07            | 0.00 | 29.92    | 109.81                 | 0.00         | 0.00 | 0.08  | 0.00 | 0.00 | 0.00    | 5.05                 | 5.36  | 1.28  | 0.21 | 70.07   | 0.00     | 0.06 | 0.00 |
| 851   | Хлеб Дарницкий                                      | 40.00         | 2.44   | 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 |
| 429   | Салат из свежкл 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 | 6.49     | 94.35                  | 0.05         | 0.04 | 16.04 | 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        | 25.12  | 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        | 8.97   | 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 |