



Утверждено:
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Федотова
 Дата 20.04.2024



Утверждаю:
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Федотова
 Дата 20.04.2024

Меню

Вид: Пятница
 Месяц: 1 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецепта	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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
401	Масло (порциями) М.14	10.00	7.20	0.08	8.25	0.08	76.89	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
610	Яблоки (порциями)	100.00	10.23	0.40	0.40	9.80	45.00	0.33	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
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М.302	155.00	7.73	8.68	6.31	42.84	267.44	0.21	0.11	0.00	0.02	0.31	0.08	14.90	205.90	137.20	4.81	266.75	2.31	4.04	0.01
724	Какао с урюком М.382	200.00	8.71	3.97	3.42	28.03	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	118.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	95.20	0.01	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

№ рецепта	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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Чай с лимонном М.377	200.00	2.63	0.16	0.03	15.20	59.19	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
741	Пюре картофельное с сметаной 200 г	205.00	11.16	5.23	7.55	18.57	138.30	0.00	0.00	6.00	0.03	1.04	0.00	17.98	60.32	21.08	0.78	278.32	3.97	1.80	0.00
662	Птица тушеная в соусе М.290	100.00	29.26	15.68	19.51	2.85	191.74	0.00	0.00	0.00	0.01	0.07	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
701	Пюре картофельное 200г М.312	200.00	16.49	3.88	10.94	26.34	238.11	0.10	0.10	6.80	0.28	0.28	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
701	Салат из квашеной капусты 43	60.00	10.64	1.56	4.61	1.88	54.38	0.02	0.05	14.82	0.02	1.76	0.16	19.72	30.09	9.11	0.52	143.75	0.94	2.37	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	95.00	0.01	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

Полдник

№ рецепта	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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Чай с лимонном М.377	200.00	2.63	0.16	0.03	15.20	59.19	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.38	2.23	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
914	Хлеб урюльный 130 г	130.00	43.50	12.26	22.68	2.37	284.08	1.00	0.07	0.00	0.00	1.00	0.00	92.84	210.24	15.52	2.36	177.92	2.88	29.04	0.01