



Handwritten signature

2024



Утверждено
Комбинат питания
18.02.2024

Меню

Питание: среднее
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рещ.	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	K (мкг)	Se (мкг)	F	
392	Бутерброд с сыром	50.00	17.50	6.70	7.95	14.62	163.60	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	14.05	0.00
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150г М_173	155.00	9.50	6.48	7.31	32.08	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.15	153.66	40.80	1.07	182.40	9.41	2.55	0.01
597	Чай с фруктовым соусом	200.00	6.72	0.54	0.10	9.56	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
589	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.52	16.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.05	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
688	Яблоки свежие порциями	100.00	9.27	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

Обед

№ рещ.	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	K (мкг)	Se (мкг)	F	
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200.00	9.20	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.09	17.26	0.26	1.18	0.00	21.98	54.50	22.84	0.86	303.24	3.93	0.20	0.01
26	Винегрет овощной (67)	60.00	5.06	0.92	6.06	4.11	77.93	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.48	56.69	1.85	0.16	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	18.60	7.68	5.91	11.85	137.08	0.08	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.05	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	16.02	5.68	10.94	26.34	239.11	0.19	0.16	6.92	0.23	0.26	0.19	50.36	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
768	Компот из черешни М_346	200.00	7.94	0.34	0.00	23.66	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.69	12.33	15.16	0.45	126.39	0.08	0.04	0.00
85	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

Полдник

№ рещ.	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	K (мкг)	Se (мкг)	F	
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.77	0.16	0.03	15.20	59.16	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
589	Хлеб пшеничный	30.00	2.38	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
917	Запеканка из творога 130г с молочным соусом	130.00	34.04	18.13	6.49	19.88	214.13	0.08	0.26	0.70	0.06	0.29	0.18	126.97	112.05	16.87	0.43	187.79	10.01	31.01	0.03