Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 29.02.2024

Меню

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
831	Мандарины отварные *50г (с 3-7 лет) №219	185.00	4.43	2.11	4.32	11.35	94.21	0.02	0.31	0.00	0.00	0.32	0.00	9.20	14.45	2.42	0.29	24.77	0.01	0.05	0.00
698	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
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.71	3.97	3.42	28.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	118.20	31.00	0.98	208.36	9.00	2.00	0.03
568	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	28.00	9.60	0.44	0.00	1.20	2.40	0.00
268	Бутерброд с повидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.69	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.44	1.59	0.02

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
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 2005	205.00	10.70	4.70	7.40	10.71	113.90	0.04	0.04	9.88	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.38	0.01
663	Плов из птицы М_281	200.00	36.89	15.29	21.88	2.60	369.60	0.01	0.01	3.93	0.24	4.52	0.00	11.12	16.38	8.39	0.31	14.60	0.00	0.08	0.01
707	Компот из изюма_348	200.00	10.12	0.36	0.00	25.06	108.83	0.00	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.56	8.00	0.80	184.87	0.00	0.12	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_345	80.00	2.35	0.89	3.06	5.39	52.84	0.02	0.02	21.60	0.12	1.36	0.00	24.04	17.95	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
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

Полдник

№ 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
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.77	0.16	0.03	15.20	58.19	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.84	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
698	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
621	Булочка Дорожная	70.00	4.16	3.23	6.78	39.69	177.32	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