



Согласовано
Директор
Дата 18.04.2021



Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М. И. Федотов
Дата 18.04.2021

Меню

День среда
Неделя 2 неделя
Сезон
Возрастная группа 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование	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	
392	Бутерброд с сыром	50.00	16.24	6.70	7.95	14.62	163.80	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	
741	Каша молочная пшеница с маслом 150/5 М 173	155.00	9.55	6.48	7.31	32.06	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01	
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.72	0.54	0.10	8.58	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	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	28.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00	
608	Яблоки свежие порциями	100.00	11.59	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

№ рецеп. блюда	Наименование	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)	Se (мкг)	F	
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М 103	200.00	8.18	5.76	4.74	16.73	123.07	0.08	0.05	17.28	0.26	1.18	0.00	21.96	54.80	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01
25	Винагрет овощной (67)	60.00	7.63	0.92	6.08	4.11	77.93	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М 234	100.00	18.98	7.66	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00
706	Пюре картофельное 200гр 312	200.00	16.49	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
755	Компот из черники М 346	200.00	6.11	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
651	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

№ рецеп. блюда	Наименование	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)	Se (мкг)	F	
736	Чай с лимоном М 377	200.00	2.47	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
569	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	Залезанка из творога 130 г с молочным соусом	130.00	36.13	18.13	6.49	19.86	214.13	0.06	0.26	0.70	0.06	0.28	0.18	126.97	112.05	16.87	0.43	167.79	10.01	31.01	0.03