

Согласовано  
Директор

Дата 27.09.2024



День: вторник  
Неделя: 2 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 7 - 11 лет



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата 27.09.2024

Меню

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 (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 569   | Хлеб пшеничный                                      | 20 00         | 1.58    | 1.52            | 0 16  | 9 72     | 47.80                  | 0.02         | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.02 | 0.00    | 4.00                 | 13.00  | 2.80  | 0.22 | 0.00    | 0 64    | 1.20     | 0.00 |
| 946   | Запеканка творожная со сметанным соусом М_223 150гр | 150.00        | 42.76   | 20.11           | 16.64 | 21 13    | 323.22                 | 0.07         | 0.32 | 0.31 | 0 10 | 0.58 | 0.21    | 198.46               | 274.68 | 27.58 | 0.85 | 185.54  | 11.06   | 36.79    | 0.03 |
| 728   | Чай с сахаром М_376                                 | 200.00        | 1.40    | 0 10            | 0 03  | 14.99    | 56.85                  | 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 |
| 609   | Бутерброд с повидлом                                | 55.00         | 10.81   | 2.40            | 4.36  | 27 68    | 159.80                 | 0.04         | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08    | 10.00                | 22.80  | 5.60  | 0.60 | 0.75    | 0.96    | 1.85     | 0.00 |
| 696   | 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

| № 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 (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 458   | Суп крестьянский с крупой М_96                              | 200.00        | 10 40   | 4.72            | 6.52  | 11 42    | 110.70                 | 0.04         | 0.03 | 14.40 | 0.18 | 1.88 | 0.00    | 18.80                | 40.08 | 16.60 | 0.52 | 174.84  | 2.47    | 1.41     | 0.01 |
| 739   | Салат из белокачанной капусты М_45                          | 60.00         | 4.06    | 0.89            | 3 05  | 5 39     | 52.84                  | 0.02         | 0.02 | 21 60 | 0.12 | 1.39 | 0 00    | 24.34                | 17.98 | 9.85  | 0.33 | 142.02  | 1.72    | 0.15     | 0.01 |
| 979   | Котлеты рубленные из филе птицы со сметанным соусом М_60/60 | 100.00        | 29 58   | 9 92            | 12 16 | 11 89    | 180.74                 | 0.01         | 0.01 | 0.67  | 0.03 | 1.46 | 0.00    | 10.19                | 8 68  | 3.67  | 0.16 | 31.08   | 1.18    | 0.28     | 0.00 |
| 644   | Рис отварной М_304  | 200.00        | 13.89   | 4.91            | 8.14  | 47.83    | 268.70                 | 0.03         | 0.03 | 0.00  | 0.04 | 0.38 | 0.14    | 3.48                 | 82.62 | 25.56 | 0.69 | 56.79   | 1.01    | 10.96    | 0.00 |
| 730   | Компот из смеси сухофруктов М_349                           | 200.00        | 4.57    | 0 67            | 0 00  | 32 21    | 126.05                 | 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 |
| 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 (мкг) | I (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 |
| 785   | Омлет натуральны с маслом (С 3-7 ЛЕТ) №229 | 85.00         | 27 50   | 8.05            | 13.75 | 1 64     | 163.01                 | 0.05         | 0.31 | 0.30 | 0.19 | 0.45 | 1.47    | 62.76                | 138.60 | 10.42 | 1 54 | 118.93  | 2.07    | 18.97    | 0.00 |