Согласовано
Директор

Дата "11" 04 2024

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата "11" 04 2024

Меню

День: четверг
Неделя 2 неделя
Сезон:
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	Макароны отварные 150г (с 3-7 лет) №219	155.00	4.43	2 11	4 32	11.36	94.21	0.02	0.01	0.00	0.02	0.32	0 08	2.20	14.48	2.42	0 29	24.77	0.27	0.05	0.00
698	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
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.94	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	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	0.04	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
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

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 200/5	205.00	11.89	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_291	200.00	34.04	15.29	21.88	2.60	369.63	0.01	0.01	3.68	0.24	4.52	0.00	11.12	16.38	8.39	0.31	14.60	0.90	0.06	0.01
707	Компот из изюма _348	200.00	9.69	0 36	0.00	28.06	108.83	0 03	0.02	0 00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
739	Салат из белокочанной 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
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	2.47	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
698	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
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