



Утверждаю:  
 \_\_\_\_\_  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата: 09.2021

Меню

День: пятница  
 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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
879	Каша полбянная с маслом 200/10	210.00	16.00	9.40	11.95	37.09	297.69	0.03	0.13	1.30	0.06	0.10	0.20	121.18	92.07	13.86	0.12	147.50	9.00	2.10	0.02
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	8.82	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.58	1.52	0.16	9.72	47.60	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
505	мандарины порциями	100.00	21.60	0.80	0.30	8.10	40.00	0.06	0.03	38.00	0.01	0.20	0.00	35.00	17.00	11.00	0.10	155.00	0.30	0.10	0.15

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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	0.00	98.00	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	0.00
429	Салат из свеклы отварной М_52	80.00	4.08	0.81	3.65	4.72	54.63	0.01	0.02	5.70	0.00	1.64	0.00	21.09	24.51	12.54	0.80	0.00	3.99	0.40	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200.00	8.18	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.05	17.28	0.26	1.18	0.00	21.96	54.60	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01
662	Птица, тушенная в соусе М_290	100.00	35.36	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	10.12	10.50	7.83	51.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	18.06	248.92	165.82	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02
721	Компот из свежих яблок М_342	200.00	7.39	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
822	Оладьи с повидлом 60/5 (с 1-3 лет) №432	65.00	5.75	4.82	4.69	29.52	180.69	0.07	0.07	0.47	0.01	1.84	0.05	48.74	63.69	10.78	0.55	93.72	3.58	3.24	0.01
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
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