



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н.Федотова
 Дата " 202

Меню

День: четверг
 Неделя: 1 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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
900	Кисель из повидла	200.00	7.81	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00
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	0.98	4.03	0.00
720	Каша из риса и пшена с маслом М_175	210.00	15.25	6.18	11.62	33.36	261.22	0.10	0.14	1.30	0.06	0.21	0.20	127.36	156.69	38.40	0.77	195.33	10.05	4.73	0.02
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

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
736	Чай с лимонном 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
745	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205.00	10.27	4.50	7.46	6.49	103.56	0.05	0.04	18.04	0.21	1.92	0.00	33.19	40.01	17.79	0.63	252.28	3.53	0.28	0.01
651	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
615	Биточки "Сочный" с томатным соусом 50/50	100.00	33.40	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
870	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	8.22	6.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
429	Салат из свеклы отварной М_52	60.00	4.06	0.81	3.65	4.72	54.63	0.01	0.02	5.70	0.00	1.84	0.00	21.09	24.51	12.54	0.80	0.00	3.99	0.40	0.00

Полдник