



Утверждаю:
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.И. Федотов
 Дата 08.05.2024

Меню

День: среда
 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	Д (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (МКГ)	Se (МКГ)	F	
392	Бутерброд с сыром	50.00	16.24	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.08	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 пшеничная 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	2.56	0.01
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.72	0.54	0.10	8.56	33.00	0.00	0.00	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
556	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
688	Яблоки свежие порциями	100.00	11.59	0.40	0.40	9.60	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		В1	В2	С	А	Е	Д (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (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
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
25	Винегрет овощной (67)	60.00	7.63	0.92	6.06	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	50.36	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
755	Компот из чернослива М 348	200.00	8.11	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.69	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	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	Д (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (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	8.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
917	Завтрак 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	21.01	0.03