Согласовано:
Директор
Дата "__" 01 202 4

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата "11" 01 202 4

# 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 | 4.70 | 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 | 10.23 | 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 | 9.12 | 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 | 11.66 | 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 | 41.94 | 15.29 | 21.88 | 2.60 | 329.68 | 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 | 10.22 | 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 | 2.12 | 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 | 2.82 | 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 | 10.23 | 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 |