

Согласовано
Директор
Дата: 202



Утвердил:
ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотов
Дата: 19 07 2024

Меню

День: пятница
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

| № рецеп. блюда | Наименование блюда | Вес порции, г | Цена, р | Пищевые в-ва, г | | | Энерг. ценность, ккал. | Витамины, мкг | | | | | | Минеральные в-ва, мг | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|---------------|---------|-----------------|-------|----------|------------------------|---------------|------|-------|------|------|---------|----------------------|-------|-------|------|---------|----------|------|------|
| | | | | Белок | Жиры | Углеводы | | В1 | В2 | С | А | Е | Д (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 879 | Каша пшеничная с маслом 200/10 | 210,00 | 18,09 | 9,40 | 11,95 | 37,09 | 297,89 | 0,03 | 0,13 | 1,30 | 0,09 | 0,10 | 0,20 | 121,18 | 92,07 | 13,86 | 0,12 | 147,50 | 9,00 | 2,10 | 0,02 |
| 697 | Хлебный напиток с молоком 375 | 200,00 | 8,73 | 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 | 148,00 | 9,00 | 2,00 | 0,02 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,58 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 47,80 | 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 |
| 592 | Мандарины порционные | 100,00 | 21,80 | 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

| № рецеп. блюда | Наименование блюда | Вес порции, г | Цена, р | Пищевые в-ва, г | | | Энерг. ценность, ккал. | Витамины, мкг | | | | | | Минеральные в-ва, мг | | | | | | | |
|----------------|---|---------------|---------|-----------------|-------|----------|------------------------|---------------|------|-------|------|------|---------|----------------------|--------|--------|------|---------|----------|------|------|
| | | | | Белок | Жиры | Углеводы | | В1 | В2 | С | А | Е | Д (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 429 | Салат из свеклы отварной М. 52 | 80,00 | 2,41 | 0,81 | 3,85 | 4,72 | 54,53 | 0,01 | 0,02 | 5,70 | 0,00 | 1,64 | 0,00 | 21,09 | 24,51 | 12,54 | 0,80 | 0,00 | 3,99 | 0,45 | 0,00 |
| 478 | Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103 | 200,00 | 9,89 | 5,76 | 4,74 | 18,70 | 123,07 | 0,09 | 0,05 | 17,28 | 0,26 | 1,18 | 0,00 | 21,56 | 54,80 | 22,64 | 0,86 | 308,24 | 3,93 | 0,29 | 0,01 |
| 662 | Птица тушенная в соусе М. 290 | 100,00 | 33,31 | 11,56 | 15,00 | 2,95 | 110,71 | 0,01 | 0,01 | 0,06 | 0,01 | 0,97 | 0,03 | 16,89 | 9,99 | 1,81 | 0,05 | 20,08 | 1,18 | 0,28 | 0,00 |
| 704 | Каша гречневая рассычатая 302 | 180,00 | 11,21 | 10,50 | 7,83 | 51,54 | 325,16 | 0,28 | 0,14 | 0,00 | 0,03 | 0,74 | 0,09 | 18,06 | 248,92 | 166,82 | 5,57 | 322,42 | 2,79 | 4,89 | 0,02 |
| 721 | Хлебот из свареной аблок М. 342 | 200,00 | 8,73 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 108,96 | 0,01 | 0,01 | 1,90 | 0,00 | 0,16 | 0,00 | 4,99 | 3,20 | 0,30 | 0,40 | 111,20 | 0,80 | 0,12 | 0,00 |
| 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 | 4,26 | 16,96 | 5,64 | 0,47 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | 0,00 |

Полдник

| № рецеп. блюда | Наименование блюда | Вес порции, г | Цена, р | Пищевые в-ва, г | | | Энерг. ценность, ккал. | Витамины, мкг | | | | | | Минеральные в-ва, мг | | | | | | | |
|----------------|---|---------------|---------|-----------------|------|----------|------------------------|---------------|------|------|------|------|---------|----------------------|-------|-------|------|---------|----------|------|------|
| | | | | Белок | Жиры | Углеводы | | В1 | В2 | С | А | Е | Д (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 622 | Оладьи с повидлом 60/5 (с 1-3 лет) №432 | 85,00 | 5,53 | 4,82 | 4,89 | 29,52 | 180,69 | 0,07 | 0,07 | 0,47 | 0,01 | 1,84 | 0,05 | 48,74 | 63,89 | 10,78 | 0,55 | 93,72 | 3,58 | 3,24 | 0,01 |
| 696 | Яблоко свежее порционные | 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 | 0,36 | 0,00 |
| 730 | Чай с лимонком М. 377 | 200,00 | 2,82 | 0,15 | 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 | 0,08 | 0,00 |