



Утверждаю  
 Директор ООО "Комбинат Питания"  
 М.Н. Свистова  
 Дата 03.09.2024

Меню

Итого за неделю

Сезон

Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецеп.	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)	Se (мкг)	F	
718	Кава молочная из овсяных хлопьев с маслом М. 173	210.00	19.23	7.84	13.56	32.78	282.88	0.18	0.16	1.30	0.06	0.60	0.20	143.83	234.95	70.05	1.69	147.50	10.94	14.82	0.02
724	Какао с молоком М. 382	200.00	9.50	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	208.36	9.00	2.00	0.03
608	Бутиерброд с повидлом	55.00	12.46	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
609	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	5.90	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00

Обед

№ рецеп.	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)	Se (мкг)	F	
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	11.59	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
618	Тефтели рубленые с соусом 60/50	110.00	33.99	7.92	5.48	11.03	116.45	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
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М. 302	155.00	9.52	8.88	6.31	42.64	267.44	0.21	0.11	0.00	0.02	0.61	0.08	14.90	205.90	137.20	4.61	269.75	2.31	4.04	0.01
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.73	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
661	Хлеб Дарницкий	60.00	3.66	4.06	0.78	24.42	147.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	28.20	8.46	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.66	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
436	Салат из моркови с яблоками М. 69	60.00	4.88	0.64	0.11	15.46	29.30	0.03	0.03	2.85	0.90	0.24	0.00	13.85	25.95	17.40	0.47	41.70	2.55	0.09	0.02

Полдник

№ рецеп.	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)	Se (мкг)	F	
782	Запеканка из творога 100гс 3-7 лет/А251	115.00	35.59	17.77	5.75	16.80	196.09	0.06	0.25	0.61	0.05	0.28	0.15	113.04	100.92	15.24	0.42	153.38	8.99	30.70	0.03
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.73	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	2.52	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00