

Согласовано
Директор

Дата: 09.09.2022



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата: 09.09.2022

Меню

День: понедельник
Неделя: 2 неделя
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) | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 733 | Бутерброд с маслом сливочным М_1 | 40.00 | 12.60 | 2.36 | 8.49 | 14.66 | 148.20 | 0.03 | 0.02 | 0.00 | 0.04 | 0.13 | 0.15 | 8.40 | 22.50 | 4.20 | 0.35 | 1.50 | 0.96 | 1.90 | 0.00 |
| 750 | Каша молочная рисовая 150/5 М_174 | 155.00 | 13.79 | 4.55 | 6.47 | 29.05 | 192.33 | 0.04 | 0.11 | 0.97 | 0.04 | 0.18 | 0.11 | 92.91 | 117.33 | 26.73 | 0.41 | 135.66 | 7.21 | 6.53 | 0.01 |
| 724 | Какао с маслом 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 | 206.36 | 9.00 | 2.00 | 0.03 |
| 566 | Хлеб пшеничный | 20.00 | 1.68 | 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 |
| 666 | Яблоки свежие порциями | 100.00 | 12.95 | 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 |

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) | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 726 | Суп картофельный с горохом М_102 | 200.00 | 9.53 | 6.70 | 6.64 | 15.60 | 138.52 | 0.18 | 6.05 | 10.98 | 0.22 | 1.98 | 0.00 | 27.78 | 70.30 | 29.14 | 1.64 | 137.68 | 3.54 | 2.31 | 0.01 |
| 616 | Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50 | 100.00 | 33.22 | 12.39 | 5.95 | 9.07 | 210.83 | 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 |
| 748 | Каша гречиховая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302 | 155.00 | 9.52 | 8.68 | 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 | 266.75 | 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 | 0.64 | 0.04 | 11.41 | 0.01 | 0.03 | 0.00 |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 40.00 | 2.58 | 2.72 | 0.52 | 16.28 | 98.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 4.20 | 18.80 | 5.64 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| 560 | Хлеб пшеничный | 20.00 | 1.68 | 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_59 | 60.00 | 4.74 | 0.64 | 0.11 | 5.46 | 29.30 | 0.03 | 0.03 | 2.85 | 0.90 | 0.24 | 0.00 | 13.65 | 25.95 | 17.40 | 0.47 | 41.70 | 2.55 | 0.09 | 0.02 |

Получено