



Согласовано  
Директор  
Дата 05.09.2024



Утверждено:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата 05.09.2024

### Меню

День: понедельник  
Неделя: 2 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

#### Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	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
724	Какао с молоком М. 382	200.00	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.18	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	118.20	31.00	0.99	206.38	9.00	2.60	0.03
733	Бутерброд с маслом сливочным М. 1	40.00	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
723	Каша молочная рисовая с маслом М. 174	210.00	6.10	11.38	39.10	283.28	0.08	0.15	1.30	0.06	0.28	0.20	124.68	157.44	35.84	0.55	181.36	9.82	8.74	0.02
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.52	0.18	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
569	Яблоки свежие порциями	100.00	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

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	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
721	Суп картофельный с горохом М. 102	250.00	6.38	6.30	19.50	173.15	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	36.42	2.05	247.10	4.43	2.86	0.01
815	Витамин "Солнышко" с томатным соусом 50/50	100.00	12.39	5.96	9.07	210.93	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
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	10.50	7.83	51.54	325.16	0.26	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
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.60	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.72	0.52	16.28	96.00	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
569	Хлеб пшеничный	20.00	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	100.00	1.07	0.17	9.10	46.83	0.05	0.05	4.75	1.50	0.40	0.00	22.75	43.25	29.00	0.77	69.50	4.25	0.15	0.04