



Составлено: *М.Н. Федотова*  
 Дата: 16.09.2024

Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
*М.Н. Федотова*  
 Дата: 16.09.2024

**Меню**

День: понедельник  
 Неделя: неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 7-11 лет

**Завтрак**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se	F	
569	Хлеб пшеничный	60.00	5.04	4.58	0.48	29.16	142.30	0.07	0.52	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.60	0.00	
999	Яблоки свежие	100.00	10.80	0.40	0.40	13.81	0.00	0.03	0.24	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
401	Магги (порция) М. 14	10.00	10.00	0.08	8.26	0.08	76.80	0.00	0.01	0.03	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00	
741	Каша молочная пшеница с маслом 150/5, М. 173	155.00	11.74	6.48	7.31	32.08	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.15	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01	
697	Карвинный напиток с молоком 379	200.00	9.51	3.30	2.73	24.96	149.30	0.04	0.16	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02	

**Обед**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se	F
624	Суп картофельный с брокколи М. 102	300.00	8.88	8.70	6.64	15.00	138.52	0.16	0.95	10.98	0.22	1.98	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.68	3.54	2.31	0.01
615	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 50/50	100.00	35.91	7.63	8.34	1.07	136.69	0.01	0.00	0.00	0.09	0.78	0.00	6.01	16.36	9.95	0.45	4.45	0.16	0.09	0.00
870	Макаронные отварные М. 309 200 гр.	200.00	10.33	8.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым вкусом	200.00	6.90	0.54	0.10	8.58	13.00	0.00	0.00	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
881	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
569	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
739	Салат из белокочанной капусты М. 45	60.00	2.81	0.69	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

**Полдник**