



Утверждаю:  
 Директор "Комбинат питания"  
 М. И. Федотова  
 Дата: 18.09.2024

Меню

Дата: 18.09.2024  
 Неделя: 1 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 7-11 лет

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование	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 (мкг)	D	Ca	P	Mg	Fe	K ((мкг)	Se (мкг)	F				
95	Яблоки свежие	100.00	10.90	0.40	0.40	17.81	0.50	0.05	0.07	4.00	0.01	0.90	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
360	Утёртый с маслом сливочным 40/10(№1)	50.00	13.38	3.12	8.57	19.52	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.46	1.50	1.28	2.50	0.00			
744	Запеканка из творога со слив. молоком М. 223	150.00	51.87	22.27	17.27	31.72	375.08	0.08	0.40	0.50	0.10	0.57	0.14	266.31	326.94	35.10	0.82	176.39	11.16	38.70	0.04			
730	чай с лимоном М. 377	200.00	2.59	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	9.24	14.58	1.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00			

Обед

№ рецеп. блюда	Наименование	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 (мкг)	D	Ca	P	Mg	Fe	K ((мкг)	Se (мкг)	F				
706	Пюре картофельное жир. 312	200.00	20.77	5.88	10.94	28.34	232.11	0.15	0.13	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01			
707	Компот из яблок 348	200.00	9.30	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05			
85	Хлеб диетический	40.00	2.58	2.72	0.52	19.26	95.00	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			
268	Хлеб пшеничный	20.00	1.65	1.52	3.18	7.72	47.50	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			
478	Суп картофельный макаронными изделиями М. 103	200.00	8.90	5.78	4.74	16.73	125.07	0.09	0.06	17.28	0.29	1.18	0.00	21.96	54.60	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01			
28	Винегрет овощной (87)	60.00	5.34	0.92	6.06	4.11	77.93	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.85	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00			
719	Рыба приготовленная с соусом М. 227	100.00	23.23	9.82	3.03	3.33	82.22	0.06	0.02	1.00	0.05	0.39	0.00	34.84	99.94	2.85	0.11	49.99	1.33	0.29	0.01			