Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата 26 09 2024

Меню

День: четверг
Неделя: 2 неделя
Сезон
Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г: Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг: B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Минеральные в-ва, мг: Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	19.44	93.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
989	Яблоки свежие	100.00	13.80	0.40	0.40	13.81	0.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
600	Бутерброд с повидлом	55.00	12.42	2.40	4.10	27.60	154.30	0.04	0.21	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.50	5.60	0.60	0.75	0.96	1.65	0.02
870	Макароны отварные М_309 200 гр.	200.00	10.33	8.33	6.52	71.01	268.13	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.64	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	9.10	5.87	3.42	26.08	[illegible]	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

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г: Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг: B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Минеральные в-ва, мг: Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
960	Плов из птицы 210гр	200.00	37.96	15.30	22.5[illegible]	[illegible]	[illegible]	0.01	0.01	3.78	0.24	4.36	0.00	11.55	16.91	8.61	0.32	18.06	0.93	0.07	0.01
707	Компот из изюма _349	200.00	9.30	[illegible]	0.00	[illegible]	108.87	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.67	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.59	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	0.89	3.06	5.39	52.84	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.96	9.85	0.23	142.02	1.72	0.15	0.01
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200.5	205.00	11.07	4.70	7.40	[illegible]	[illegible]	0.04	0.04	9.98	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.32	0.01

Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г: Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг: B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Минеральные в-ва, мг: Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Чай с лимоном М_371	200.00	2.39	[illegible]	0.01	[illegible]	[illegible]	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.94	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
821	Булочка Дорожная	70.00	5.00	3.23	[illegible]	39.09	177.32	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
999	Яблоки свежие	100.00	13.80	0.40	0.40	13.81	0.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00