Согласовано
Директор
Дата

Утверждаю
ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотов
Дата 30 09 202

Меню

День:
Неделя 1 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	60.00	5.04	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	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	10.60	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
401	Масло (порциями) М_24	10.00	10.00	0.08	8.25	0.08	75.60	0.00	0.01	0.00	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 пшенная с маслом 150/5 М_173	155.00	11.74	6.18	7.31	32.06	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.83	1.07	162.40	8.41	2.55	0.01
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	9.51	3.10	2.73	24.98	145.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.06	120.00	90.00	14.00	0.13	146.00	9.00	2.00	0.02

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
728	Суп картофельный с горохом М_102	200.00	8.88	[illegible]	[illegible]	15.00	[illegible]	0.18	0.05	16.98	0.22	1.96	0.00	27.76	70.30	29.14	1.54	197.68	3.54	2.31	0.01
870	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	10.33	[illegible]	[illegible]	43.61	256.40	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 соком	200.00	6.90	0.54	0.10	9.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	88.00	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	47.00	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.60	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
816	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 60/50	100.00	35.81	7.63	6.34	4.07	139.65	0.01	0.06	0.00	0.09	0.76	0.00	6.01	16.36	9.95	0.45	4.45	0.16	0.09	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	60.00	2.81	0.89	3.08	5.39	52.84	0.02	0.00	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.65	0.33	142.02	1.72	0.16	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
821	Оладьи с повидлом 120/10 /сб-7 пер/№432	130.00	10.86	9.69	3.41	[illegible]	[illegible]	0.18	0.15	0.92	0.02	1.04	0.12	96.24	127.38	21.44	1.11	186.38	7.06	6.66	0.03
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.59	0.16	0.02	10.29	38.10	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.64	0.64	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
999	Яблоки свежие	100.00	10.60	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