



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 23.01.2024

Меню

День вторник  
 Неделя: 1 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 7 - 11 лет

| Завтрак   |   |               |         |                 |       |          |                        |              |      |      |      |      |         |                      |        |        |      |         |         |          |      |
|-----------|---|---------------|---------|-----------------|-------|----------|------------------------|--------------|------|------|------|------|---------|----------------------|--------|--------|------|---------|---------|----------|------|
| № рецепта | Наименование блюда                              | 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    | D (мкг) | Ca                   | P      | Mg     | Fe   | K (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 718       | Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М 173 | 210.00        | 15.98   | 7.84            | 13.56 | 32.78    | 282.86                 | 0.18         | 0.16 | 1.30 | 0.06 | 0.80 | 0.20    | 143.83               | 234.95 | 70.05  | 1.69 | 147.50  | 10.94   | 14.82    | 0.02 |
| 724       | Каша с молоком М 382                            | 200.00        | 8.71    | 3.97            | 3.42  | 28.08    | 143.00                 | 0.04         | 0.16 | 1.30 | 0.02 | 0.01 | 0.05    | 125.12               | 116.20 | 31.00  | 0.98 | 208.36  | 9.00    | 2.00     | 0.03 |
| 609       | Бутерброд с повидлом                            | 55.00         | 10.81   | 2.40            | 4.36  | 27.66    | 159.80                 | 0.04         | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08    | 10.00                | 22.60  | 5.60   | 0.60 | 0.75    | 0.98    | 1.85     | 0.00 |
| 599       | Хлеб пшеничный                                  | 40.00         | 3.17    | 3.04            | 0.32  | 19.44    | 95.20                  | 0.04         | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.04 | 0.00    | 8.00                 | 28.00  | 5.80   | 0.44 | 0.00    | 1.28    | 2.40     | 0.00 |
| Обед      |   |               |         |                 |       |          |                        |              |      |      |      |      |         |                      |        |        |      |         |         |          |      |
| № рецепта | Наименование блюда                              | 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    | D (мкг) | Ca                   | P      | Mg     | Fe   | K (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 742       | Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5        | 205.00        | 10.88   | 4.70            | 7.40  | 10.71    | 113.90                 | 0.04         | 0.04 | 9.88 | 0.22 | 1.96 | 0.00    | 35.92                | 43.29  | 22.02  | 0.94 | 150.80  | 4.54    | 0.38     | 0.01 |
| 618       | Тертель рубленые с соусом 60/50                 | 110.00        | 33.30   | 7.92            | 5.48  | 11.03    | 116.45                 | 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 |
| 443       | Салат из моркови с изюмом М 66                  | 60.00         | 6.89    | 0.73            | 0.05  | 13.22    | 59.02                  | 0.04         | 0.04 | 3.45 | 0.90 | 0.22 | 0.00    | 18.63                | 33.92  | 20.23  | 0.53 | 59.67   | 2.25    | 0.10     | 0.04 |
| 746       | Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М 302 | 155.00        | 7.72    | 5.63            | 6.31  | 42.64    | 267.44                 | 0.21         | 0.11 | 0.90 | 0.02 | 0.61 | 0.08    | 14.90                | 205.90 | 137.20 | 4.61 | 286.75  | 2.31    | 4.04     | 0.01 |
| 738       | Чай с лимоном М 377                             | 200.00        | 2.77    | 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 |
| 851       | Хлеб Дарницкий                                  | 60.00         | 3.96    | 4.08            | 0.78  | 24.42    | 147.00                 | 0.03         | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00    | 6.30                 | 28.44  | 8.46   | 0.70 | 0.00    | 0.00    | 0.00     | 0.00 |
| Полдник   |   |               |         |                 |       |          |                        |              |      |      |      |      |         |                      |        |        |      |         |         |          |      |
| № рецепта | Наименование блюда                              | 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    | D (мкг) | Ca                   | P      | Mg     | Fe   | K (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 782       | Запеканка из творога 100г(3-7 лет) №251         | 115.00        | 32.74   | 17.77           | 5.75  | 16.80    | 196.09                 | 0.06         | 0.25 | 0.61 | 0.05 | 0.28 | 0.15    | 113.04               | 100.62 | 15.24  | 0.42 | 153.36  | 6.99    | 30.70    | 0.03 |
| 738       | Чай с лимоном М 377                             | 200.00        | 2.77    | 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 |
| 560       | Хлеб пшеничный                                  | 30.00         | 2.38    | 2.28            | 0.24  | 14.58    | 71.40                  | 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 |