



Исполнитель  
Директор  
*Н.И. Федотова*



Утверждаю:  
Директор ООО «Комбинат Питания»  
М.И. Федотова  
Дата 03.10.2024

Меню

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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se	F
580	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	19.44	95.20	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
392	Бутерброд с сыром	50.00	19.30	6.70	7.95	14.62	153.80	0.04	0.06	0.10	0.03	0.16	0.22	139.20	98.00	9.45	0.49	13.95	0.98	4.03	0.00
720	Каша из риса и пшена с маслом М. 175	210.00	19.51	6.18	11.62	33.36	281.22	0.10	0.14	1.30	0.06	0.21	0.20	127.38	156.89	36.40	0.77	195.33	10.05	4.73	0.02
900	Кисель из пшеницы	200.00	7.45	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.06	6.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se	F
429	Салат из свежих овощей отварной М. 52	80.00	2.66	0.81	3.65	4.72	54.63	0.01	0.02	5.70	0.00	1.64	0.00	21.09	24.51	12.54	0.80	0.00	3.99	0.40	0.00
740	Щи из свежих капусты с картофелем со сметаной 200г	205.00	9.54	4.50	7.46	6.49	103.56	0.09	0.04	18.04	0.21	1.92	0.00	33.19	40.01	17.79	0.63	252.28	3.53	0.26	0.01
874	Рис отварной 200гр М. 204	200.00	17.35	4.81	8.14	47.83	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	58.79	1.01	10.96	0.00
730	Чай с лимонном М. 377	200.00	2.85	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	40.00	2.58	2.72	0.52	18.28	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
580	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	0.06	0.64	1.20	0.00
580	Мандарины порциями	100.00	27.30	0.80	0.30	8.10	40.00	0.06	0.03	38.00	0.01	0.20	0.00	35.00	17.00	11.00	0.10	155.00	0.30	0.10	0.15
815	Буточки сырные с томатным соусом 50/50	100.00	33.22	12.39	5.95	9.07	210.93	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

Полдник

№ 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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se	F
880	Каша рисовая вязкая с молоком для 150г №182	150.00	13.82	4.59	6.45	28.71	195.08	0.04	0.11	0.95	0.03	0.19	0.11	91.80	117.82	27.09	0.42	134.87	7.14	6.06	0.01
730	Чай с лимонном М. 377	200.00	2.85	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
680	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	5.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00