

Согласовано:

Директор

Дата " 15 " 10 2022

Handwritten signature



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Дата " 15 " 10 2022

Меню

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

Завтрак

| № рец | 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) | Se (мкг) | F | |
| 718 | Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М_173 | 210.00 | 19.19 | 7.64 | 13.56 | 32.78 | 282.88 | 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 | Какао с молоком М_382 | 200.00 | 8.96 | 3.97 | 3.42 | 26.08 | 143.00 | 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 |
| 609 | Бутерброд с повидлом | 55.00 | 12.16 | 2.40 | 4.36 | 27.68 | 159.80 | 0.04 | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08 | 10.00 | 22.80 | 5.60 | 0.60 | 0.75 | 0.96 | 1.85 | 0.00 |
| 569 | 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 |

Обед

| № рец | 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) | Se (мкг) | F | |
| 618 | Тефтели рубленые с соусом 60/50 | 110.00 | 33.99 | 7.92 | 5.48 | 11.03 | 118.45 | 0.01 | 0.01 | 1.34 | 0.03 | 0.14 | 0.00 | 11.06 | 12.52 | 3.43 | 0.16 | 31.06 | 1.18 | 0.28 | 0.00 |
| 742 | Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5 | 205.00 | 10.77 | 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 |
| 746 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302 | 155.00 | 9.52 | 8.68 | 6.31 | 42.64 | 267.44 | 0.21 | 0.11 | 0.00 | 0.02 | 0.61 | 0.08 | 14.90 | 205.90 | 137.20 | 4.61 | 266.75 | 2.31 | 4.04 | 0.01 |
| 736 | Чай с лимоном М_377 | 200.00 | 2.65 | 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 | 3.88 | 4.08 | 0.78 | 24.42 | 147.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.30 | 28.20 | 8.46 | 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 |
| 595 | мандарины порциями | 100.00 | 28.20 | 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 |
| 436 | Салат из моркови с яблоками М_59 | 60.00 | 3.46 | 0.64 | 0.11 | 5.46 | 29.30 | 0.03 | 0.03 | 2.85 | 0.90 | 0.24 | 0.00 | 13.65 | 25.95 | 17.40 | 0.47 | 41.70 | 2.55 | 0.09 | 0.02 |