

Согласовано:
Директор

Дата: 10.10.2021

Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

М.Н. Федотова

Дата: 10.10.2021

Меню

День: понедельник
Неделя: 2 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		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Са	Р	Мg	Fe	К	І (мкг)	Se (мкг)	F					
999	Яблоки свежие	100.00	10.20	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	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	12.60	2.36	8.49	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00					
750	Каша молочная рисовая 150/5 М_174	155.00	13.77	4.55	6.47	29.05	192.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	92.91	117.33	26.73	0.41	135.66	7.21	6.53	0.01					
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					
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					

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		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Са	Р	Мg	Fe	К	І (мкг)	Se (мкг)	F					
726	Суп картофельный с горохом М_102	200.00	8.88	6.70	6.64	15.60	138.52	0.18	0.05	10.98	0.22	1.96	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.68	3.54	2.31	0.01					
748	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	40.00	2.58	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					
615	Биточки "Сочные" 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					
430	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					