



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Федотова
 Дата 13.09.2024

Меню

Неделя: 13.09.2024
 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
669	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
698	Яблоки свежие порциями	100 00	12 95	0 40	0 40	9 80	45 00	0 03	0 02	4 00	0 01	0 40	0 00	10 00	8 00	2 00	1 00	278 00	2 00	0 30	0 00
879	Каша полбяная с маслом 200/10	210 00	20 00	9 40	11 95	37 09	297 69	0 03	0 13	1 30	0 06	0 10	0 20	121 18	92 07	13 86	0 12	147 50	9 00	2 10	0 02
697	Кофейный напиток с молоком_379	200 00	9 91	3 30	2 73	24 96	146 30	0 04	0 15	1 30	0 02	0 00	0 05	120 00	90 00	14 00	0 10	146 00	9 00	2 00	0 02

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
736	Чай с лимоном М_377	200 00	2 73	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
861	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
669	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
429	Салат из свеклы отварной М_52	60 00	2 75	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
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200 00	9 69	5 78	4 74	16 73	123 07	0 09	0 05	17 28	0 26	1 18	0 00	21 96	54 60	22 64	0 86	309 24	3 93	0 29	0 01
662	Птица тушеная в соусе М_290	100 00	30 98	15 68	19 51	2 95	191 74	0 01	0 01	0 06	0 01	0 97	0 03	16 69	9 99	1 61	0 05	20 08	1 18	0 28	0 00
870	Макаронные отварные М_309 200 гр	200 00	11 02	8 03	6 52	43 61	268 43	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

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
822	Оладьи с повидлом 60/5 (с 1-3 лет) №432	65 00	5 94	4 82	4 69	29 52	180 69	0 07	0 07	0 47	0 01	1 84	0 05	48 74	63 69	10 78	0 55	93 72	3 58	3 24	0 01
736	Чай с лимоном М_377	200 00	2 73	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
698	Яблоки свежие порциями	100 00	12 95	0 40	0 40	9 80	45 00	0 03	0 02	4 00	0 01	0 40	0 00	10 00	8 00	2 00	1 00	278 00	2 00	0 30	0 00