Согласовано:
Директор
Дата 23.09.2024

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 23.09.2024

# Меню

День: понедельник
Неделя: 2 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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 999 | Яблоки свежие | 100.00 | 10.80 | 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 |
| 733 | Бутерброд с маслом сливочным М_1 | 40.00 | 12.52 | 2.36 | 8.49 | 14.68 | 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 | 12.98 | 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 | 9.10 | 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

| № 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 | I (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 |
| 746 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302 | 155.00 | 9.48 | 8.68 | 6.31 | 42.64 | 267.44 | 0.21 | 0.11 | 0.00 | 0.02 | 0.61 | 0.09 | 14.90 | 205.90 | 137.20 | 4.61 | 266.75 | 2.31 | 4.04 | 0.01 |
| 615 | Биточки "Сочные"с томатным соусом 50/50 | 100.00 | 33.18 | 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 | 0.18 | 31.05 | 1.18 | 0.28 | 0.00 |
| 736 | Чай с лимоном М_377 | 200.00 | 2.59 | 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 |
| 436 | Салат из моркови с яблоками М_59 | 60.00 | 4.74 | 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 |

## Полдник

| № 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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 623 | Ватрушка с повидлом 70гр ПК | 70.00 | 6.14 | 4.06 | 1.89 | 44.03 | 209.30 | 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 |
| 736 | Чай с лимоном М_377 | 200.00 | 2.59 | 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 |
| 999 | Яблоки свежие | 100.00 | 10.80 | 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 |