

Согласовано:  
Директор

Дата: 24.09.2024



День: вторник  
Неделя: 2 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 7 - 11 лет



Утверждаю  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата: 24.09.2024

Меню

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
569	Хлеб пшеничный	20 00	1 62	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
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
946	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223 150гр	150 00	45 05	20 11	16 64	21 13	323 22	0 07	0 32	0 31	0 10	0 56	0 21	198 46	274 68	27 58	0 85	185 54	11 06	36 79	0 03
728	Чай с сахаром М_376	200 00	1 30	0 10	0 03	14 99	56 85	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
809	Бутерброд с пшеничным хлебом	55 00	12 40	2 40	4 36	27 68	159 80	0 04	0 01	0 10	0 02	0 06	0 06	10 00	22 50	5 60	0 20	0 75	0 96	1 85	0 00

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
976	Котлеты рубленые из Филе птицы со сметанным соусом 50/50	100 00	20 40	9 92	12 16	11 89	180 74	0 01	0 01	0 67	0 03	1 46	0 00	10 19	8 68	3 67	0 16	31 06	1 19	0 28	0 00
874	Рис отварной 200 гр М_304	200 00	1 62	4 91	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	56 79	1 01	10 98	0 00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200 00	5 40	0 57	0 00	32 21	126 05	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
851	Хлеб Дарницкий	40 00	2 50	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 62	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	2 10	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
739	Салат из белокочанной капусты М_45	60 00	2 80	0 85	3 05	5 39	52 84	0 02	0 02	21 80	0 12	1 39	0 00	24 34	17 98	9 85	0 33	142 02	1 72	0 15	0 01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	200 00	8 80	4 72	6 52	11 42	110 70	0 04	0 03	14 40	0 18	1 88	0 00	18 60	40 08	16 60	0 52	174 64	2 47	1 41	0 01

Полдник

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
785	Омлет натуральный с маслом (С 3-7 ЛЕТ) №229	85 00	1 62	1 52	13 75	1 64	163 01	0 05	0 31	0 30	0 19	0 45	1 47	62 78	138 60	10 42	1 84	118 93	2 07	18 97	0 00
730	Чай с лимоном М_377	200 00	1 30	0 10	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
569	Хлеб пшеничный	30 00	2 43	2 28	0 24	14 58	71 40	0 03	0 01	0 00	0 00	0 03	0 00	6 00	19 50	4 20	0 33	0 00	0 96	1 80	0 00