



Утверждаю  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 12.11.2024

Меню  
 12 ноября 2024г.

Возрастная группа: 11 лет

**Завтрак**

№	Наименование продукта	Вес порции	Цена	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	
1	Сладкая изварка из варенья с сахаром М. 103	210 00	20 92	7 84	13 58	32 78	282 68	0 18	0 16	1 30	0 08	0 80	0 20	143 83	234 95	70 05	1 89	147 50	10 94	14 82	0 02
2	Какао с сахаром М. 102	200 00	10 53	3 97	3 42	26 08	143 00	0 04	0 16	1 30	0 02	0 01	0 05	125 12	118 20	31 00	0 98	208 36	9 00	2 00	0 03
3	Бухарброд с пшеницей	55 00	12 76	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
4	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**

№	Наименование продукта	Вес порции	Цена	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	
1	Суп куриный с картофелем М. 105	110 00	34 29	7 92	5 46	11 03	116 45	0 01	0 01	1 34	0 03	0 14	0 00	11 08	12 52	3 43	0 16	31 08	1 18	0 28	0 00
2	Мясная котлета пшеничная	100 00	22 60	1 90	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
3	Салат овощной с сметаной М. 105	200 00	11 29	4 70	7 40	10 71	113 90	0 04	0 04	9 88	0 22	1 98	0 00	35 92	43 29	22 02	0 94	150 80	4 54	0 38	0 01
4	Каша пшеничная с маслом М. 102	155 00	10 12	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
5	Хлеб пшеничный	200 00	2 83	0 16	0 03	15 20	59 16	0 00	0 00	2 90	0 00	0 01	0 00	2 80	1 54	0 84	0 04	11 41	0 01	0 03	0 00
6	Хлеб пшеничный	60 00	3 66	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
7	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
8	Салат из овощей с яблоками М. 09	60 00	3 32	0 64	0 11	5 58	30 36	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