

Согласовано:  
Директор

Дата 19.11.2024



Утверждаю  
Директор ООО «Комбинат питания»  
М.Н. Федорова  
Дата 19.11.2024

Меню  
19 ноября 2024

День вторник  
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		B1	B2	C	A	E (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F		
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	
999	Яблоки свежие	100 00	8 76	0 40	0 40	9 80	52 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
1916	Заправка творожная сметанным соусом М. 223 15Ср	150 00	52 70	20 11	16 64	21 13	323 22	0 07	0 32	0 31	0 10	0 58	0 21	198 46	274 68	27 58	0 85	185 54	11 06	30 79	0 03	
128	чай с сахаром М. 376	200 00	1 29	0 10	0 03	14 99	58 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	
609	Бутерброд с повидлом	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	

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 (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F	
679	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом с томатом соусом 50:50	100 00	27 32	9 92	12 16	11 89	180 74	0 01	0 01	0 67	0 03	1 46	0 00	10 18	8 68	3 67	0 16	31 08	1 18	0 28	0 00
595	мандарины	100 00	22 80	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
674	Рис отварной 200 гр М. 304	200 00	18 43	4 91	6 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	58 79	1 01	10 96	0 00
730	Компот из смеси сухофруктов № 149	200 00	4 76	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
651	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
739	Салат из белокочанной капусты М. 45	60 00	2 38	0 89	3 05	5 39	52 84	0 02	0 02	21 60	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	9 07	4 72	6 52	11 42	110 70	0 04	0 03	14 40	0 18	1 88	0 00	18 80	40 08	18 60	0 52	174 84	2 47	1 41	0 01