

Согласовано
Директор

Дата 20.11.2024



Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата 20.11.2024

Меню
20 ноября 2024

День среда
неделя 2 неделя
Режим
Возрастная группа 7-11 лет

Завтрак

№	наименование блюда	Вес порции, г	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	I (МКГ)	Se (МКГ)	F					
99	Яблоко свежее	100.00	8.76	0.40	0.40	9.83	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	0.00	0.00	0.00	
362	Булочка с сыром	50.00	20.50	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.95	4.03	0.00					
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М. 173	155.00	13.17	6.48	7.31	32.08	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.65	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01					
457	Чай с фруктовым соком	200.00	7.16	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	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	0.00	0.00
567	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 блюда	Вес порции, г	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	I (МКГ)	Se (МКГ)	F					
109	Пюре картофельное пюре, 312	200.00	23.09	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01					
109	Чай с лимоном	200.00	2.83	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					
381	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	18.28	95.00	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	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					
25	Винегрет овощной (67)	60.00	6.28	0.92	6.06	4.11	77.93	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00					
479	Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103	200.00	9.30	5.76	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					
32	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М. 234	100.00	21.79	7.88	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	46.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00					