



Утверждаю
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Федотова
 Дата 13.11.2024

Меню
 13 ноября 2024

День: среда
 Неделя: 1 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 7 - 11 лет

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	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							
																					Р	Ж	У				
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	0.00	0.00	0.00	0.00	
880	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(№1)	50.00	14.84	3.12	8.57	19.52	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.46	1.50	1.28	2.50	0.00						
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М 223	150.00	60.38	22.27	17.27	31.72	375.08	0.08	0.40	0.50	0.10	0.57	0.14	266.31	326.94	35.10	0.82	176.39	11.16	38.70	0.04						
736	Чай с лимоном М 377	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						
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	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						

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	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							
																					Р	Ж	У				
708	Пюре картофельное 200гр 312	200.00	23.09	5.88	10.94	28.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.39	11.25	1.40	0.01						
707	Компот из яблок 348	200.00	7.07	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	184.67	0.00	0.12	0.05						
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	18.90	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
669	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						
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М 103	200.00	9.30	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.05	17.28	0.26	1.18	0.00	21.98	54.60	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01						
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	15.36	24.65	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00						
719	Рыба припущенная с соусом М 227	100.00	30.05	9.82	9.03	3.33	82.22	0.08	0.02	1.00	0.05	0.39	0.00	34.84	99.94	2.85	0.11	49.99	1.33	0.29	0.01						