



Утверждаю  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 19.11.2024

Меню  
 19 ноября 2024г

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

Завтрак																						
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	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		
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	Яблоко свежее	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
948	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223 150г	150.00	52.70	20.11	16.64	21.13	323.22	0.07	0.32	0.31	0.10	0.58	0.21	198.48	274.68	27.58	0.85	185.54	11.06	36.79	0.03	
728	Чай с сахаром М_376	200.00	1.29	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	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, руб	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		
878	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным 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	10.19	8.68	3.67	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00	
995	Мандарины порционные	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	
874	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	18.43	4.91	8.14	47.83	289.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00	
786	Компот из смеси сухофруктов М_349	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	
851	Хлеб Дерницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	18.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.05	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	
730	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	16.60	0.52	174.84	2.47	1.41	0.01	