



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 26.11.2024

**Меню**

Дата 26.11.2024

Неделя: 11  
 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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
718	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М. 173	210.00	21.77	7.84	13.56	32.78	282.88	0.18	0.16	1.30	0.06	0.80	0.20	143.83	234.95	70.05	1.69	147.50	10.94	14.82	0.02
724	Какао с молоком М. 282	200.00	11.20	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
600	Бутерброд с повидлом	55.00	12.85	2.40	4.36	27.63	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.06	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
589	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**

№ 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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
618	Тертель рубленные с соусом 60/50	110.00	34.55	7.92	5.48	11.03	116.45	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.16	0.28	0.00
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/6	205.00	11.40	4.70	7.40	10.71	113.90	0.04	0.04	9.88	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.38	0.01
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М. 302	155.00	10.21	8.68	6.31	42.64	257.44	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
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.83	0.18	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
851	Хлеб Дарницкий	60.00	3.68	4.08	0.78	24.42	147.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.34	26.20	8.46	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
436	Салат из моркови с яблоками М. 59	60.00	3.32	0.64	0.11	5.58	30.35	0.03	0.03	2.65	0.90	0.24	0.00	13.65	25.95	17.40	0.47	41.70	2.55	0.09	0.02

**Полдник**

№ 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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
782	Запеканка из творога 100г/3-7 лет №251	115.00	32.42	17.77	5.75	16.80	196.09	0.06	0.25	0.61	0.05	0.28	0.15	113.04	100.92	15.24	0.42	153.36	8.99	30.70	0.03
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	14.56	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