



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.П. Федотова
 Дата: 07.11.2024

Меню

Дата: 07.11.2024

период: 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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F				
999	Яблоки свежие	100.00	8.16	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
860	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(№1)	50.00	14.82	3.12	6.57	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 сладким молоком М.223	150.00	60.58	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	39.70	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			
869	Хлеб пшеничный	30.00	2.62	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			

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				
706	Пюре картофельное 200гр. 312	200.00	23.52	5.88	10.94	26.34	236.11	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			
707	Компот из яблок 348	200.00	8.62	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	164.67	0.00	0.12	0.05			
861	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			
869	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			
479	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	21.96	54.60	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01			
26	Винагрет овощной (67)	80.00	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			
719	Рыба припущенная с соусом М.227	100.00	30.32	9.82	3.03	3.33	82.22	0.06	0.02	1.00	0.05	0.39	0.00	34.84	99.94	2.85	0.11	49.98	1.33	0.29	0.01			

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				
999	Яблоки свежие	100.00	8.16	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
956	Пирожки печеные с картофелем из дрожжевого теста 70гр ПК	70.00	5.20	5.20	3.74	28.70	186.17	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	0.00
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			