



Согласовано:
Директор
Дата 09.12.2024



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.И. Федотов
Дата 09.12.2024

Меню

Дата 09.12.2024

День: понедельник
Неделя: 1 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	7.80	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
569	Хлеб пшеничный	60.00	5.62	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.60	0.00	
401	Масло (порциями) М_14	10.00	11.46	0.08	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00		
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М_173	155.00	13.76	6.48	7.31	32.06	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.16	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01		
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	10.99	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02		

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			
616	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 50/50	100.00	36.10	7.63	8.34	1.07	136.66	0.01	0.00	0.00	0.09	0.78	0.00	6.01	16.36	9.95	0.45	4.45	0.18	0.09	0.00		
726	Суп картофельный с горохом М_102	200.00	10.35	6.70	6.64	15.60	138.52	0.18	0.05	10.98	0.22	1.96	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.68	3.54	2.31	0.01		
870	Макаронные отварные М_309 200 гр	200.00	11.98	8.03	6.52	43.61	266.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00		
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.19	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		
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.86	2.72	0.62	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.84	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	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		
739	Салат из белокочанной капусты М_45	60.00	2.65	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		