



Федосованко  
Директор  
Дата: 10.12.2021

Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М. Курдатов  
Дата: 10.12.2021

**Меню**

Дата: 10.12.2021

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

**Завтрак**

№ рец.	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	22.78	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	1.68	147.50	10.94	14.82	0.02
724	Какао с молоком М_382	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
609	Бутерброд с повидлом	55.00	12.92	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	0.80	0.75	0.96	1.85	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.74	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**

№ рец.	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	Тертельки рубленые с соусом 60/50	110.00	34.56	7.92	5.48	11.03	118.45	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
595	Мандарины порциями	100.00	25.20	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
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	12.36	4.70	7.40	10.71	113.90	0.04	0.04	9.88	0.22	1.98	0.00	36.92	43.29	22.02	0.84	150.80	4.54	0.38	0.01
748	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302	155.00	10.21	8.68	6.31	42.64	267.44	0.21	0.11	0.00	0.02	0.61	0.08	14.90	205.90	137.20	4.81	266.75	2.31	4.04	0.01
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.58	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
851	Хлеб Дарницкий	60.00	4.32	4.08	0.78	24.42	147.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	28.20	8.46	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
436	Салат из моркови с яблоками М_59	60.00	3.45	0.64	0.11	5.58	30.35	0.03	0.03	2.85	0.90	0.24	0.00	13.65	25.95	17.40	0.47	41.70	2.55	0.09	0.02