



Утверждено:
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Федотова
 Дата: 06.02.2017

Меню

День: вторник
 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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
718	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М. 173	210.00	15.99	7.84	13.56	32.78	282.88	0.19	0.16	1.30	0.06	0.80	0.20	143.83	234.95	70.05	1.80	147.50	10.94	14.82	0.02
724	Какао с молоком М. 382	200.00	8.71	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	0.58	206.36	9.00	2.00	0.03
809	Бутерброд с повидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.60	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
589	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	85.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	28.00	5.60	0.44	0.60	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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	11.71	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
618	Тертельки рубленые с соусом сметанным с томатом 60/50	110.00	33.31	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	0.26	0.00
443	Салат из моркови с изюмом М. 66	60.00	6.89	0.73	0.05	13.22	59.02	0.04	0.04	3.46	0.90	0.22	0.00	18.83	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
748	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/6 М. 302	155.00	7.72	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	4.61	266.75	2.31	4.04	0.01
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	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	3.66	4.08	0.78	24.42	147.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	28.44	8.48	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00

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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
782	Запеканка из творога 100г(с 3-7 лет) №251	115.00	32.74	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	153.38	8.99	30.70	0.03
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	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
589	Хлеб пшеничный	30.00	2.39	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	8.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00