



Утверждаю:
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Бедотова
 Дата: 07.08.2022

Меню

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

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
898	Яблоки свежие порциями	100,00	9,27	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,02	4,00	0,01	0,40	0,00	10,00	8,00	2,00	1,00	278,00	2,00	0,30	0,00
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М_223	150,00	47,44	22,27	17,27	31,72	375,08	0,08	0,40	0,50	0,10	0,57	0,14	286,31	326,94	35,10	0,82	176,39	11,16	38,70	0,04
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
569	Хлеб пшеничный	30,00	2,38	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
880	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(Net)	50,00	10,37	3,12	6,57	19,52	172,00	0,04	0,02	0,00	0,04	0,14	0,15	10,40	29,00	5,80	0,46	1,50	1,28	2,50	0,00

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200,00	9,27	5,78	4,74	16,73	123,07	0,09	0,05	17,26	0,26	1,18	0,00	21,96	54,80	22,64	0,86	309,24	3,93	0,28	0,01
719	Рыба припущенная с соусом сметанным М_227	100,00	25,52	9,82	3,03	3,53	82,22	0,08	0,02	1,00	0,05	0,39	0,00	34,84	99,94	2,85	0,11	49,99	1,33	0,29	0,01
706	Пюре картофельное 200гр_312	200,00	16,02	5,88	10,94	26,34	238,11	0,19	0,15	6,92	0,23	0,29	0,19	50,36	110,31	37,00	1,32	772,35	11,25	1,40	0,01
25	Винегрет свекольный (87)	80,00	4,96	0,82	6,06	4,11	77,93	0,03	0,02	7,77	0,13	2,72	0,00	15,39	24,85	11,12	0,48	86,69	1,83	0,16	0,00
707	Компот из изюма 348	200,00	10,12	0,36	0,00	28,08	108,83	0,03	0,02	5,00	0,00	0,10	0,00	16,87	25,59	6,33	0,60	164,67	0,00	0,12	0,05
851	Хлеб Дарницкий	40,00	2,44	2,72	0,52	16,28	98,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,20	18,96	5,64	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00

Полдник

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
955	Пирожки печеные с картофелем из дрожжевого теста 70гр ПК	70,00	4,20	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
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
898	Яблоки свежие порциями	100,00	9,27	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,02	4,00	0,01	0,40	0,00	10,00	8,00	2,00	1,00	278,00	2,00	0,30	0,00