

Согласовано  
Директор

*[Signature]*

Дата 06.02.2024



Утверждаю  
Директор ООО «Комбинат питания»  
М.Н. Федотова  
Дата 06.02.2024

### Меню

#### 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 |                        | B1           | B2   | C    | A    | E    | D (мкг)              | Ca     | P      | Mg    | Fe   | K (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 716       | Каша молочная из саясных хлопьев с маслом М_173 | 210,00        | 15,99     | 7,84            | 13,56 | 32,78    | 282,88                 | 0,18         | 0,16 | 1,30 | 0,06 | 0,60 | 0,20                 | 143,83 | 234,95 | 70,05 | 1,69 | 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 | 0,98 | 206,36  | 9,00    | 2,00     | 0,03 |
| 609       | Бутерброд с повидлом                            | 55,00         | 10,81     | 2,40            | 4,36  | 27,66    | 159,80                 | 0,04         | 0,01 | 0,10 | 0,02 | 0,06 | 0,08                 | 10,00  | 22,80  | 5,60  | 0,60 | 0,75    | 0,96    | 1,85     | 0,00 |
| 669       | Хлеб пшеничный                                  | 40,00         | 3,17      | 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

| № рецепта | Наименование блюда                                  | Вес порции, г | Цена, руб | 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) | 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       | Тестели рубленые с соусом сметанным с томатом 60/60 | 110,00        | 33,31     | 7,92            | 5,48 | 11,03    | 116,45                 | 0,01         | 0,01 | 1,34 | 0,03 | 0,14 | 0,00                 | 11,08 | 12,52  | 3,43   | 0,16 | 31,08   | 1,18    | 0,28     | 0,00 |
| 443       | Салат из моркови с изюмом М_06                      | 60,00         | 6,89      | 0,73            | 0,05 | 13,22    | 59,02                  | 0,04         | 0,04 | 3,45 | 0,90 | 0,22 | 0,00                 | 18,63 | 33,92  | 20,23  | 0,53 | 59,67   | 2,25    | 0,10     | 0,04 |
| 746       | Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 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  | 8,46   | 0,70 | 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 |                        | B1           | B2   | C    | A    | E    | 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 | 153,36  | 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 |
| 669       | Хлеб пшеничный                           | 30,00         | 2,38      | 2,26            | 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 |