Согласовано
Директор
Дата 16.12.2024

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 16.02.2024

# Меню

День пятница
неделя 2 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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 879 | Каша полбяная с маслом 200/10 | 210.00 | 16.05 | 9.40 | 11.95 | 37.09 | 297.69 | 0.03 | 0.13 | 1.30 | 0.06 | 0.10 | 0.20 | 121.18 | 92.07 | 13.86 | 0.12 | 147.50 | 9.00 | 2.10 | 0.02 |
| 697 | Кофейный напиток с молоком_379 | 200.00 | 5.19 | 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 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 20.00 | 1.58 | 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 |
| 595 | мандарины порциями | 100.00 | 21.60 | 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 |

**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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 429 | Салат из свеклы отварной М_52 | 80.00 | 2.41 | 0.81 | 3.65 | 4.72 | 54.63 | 0.01 | 0.02 | 5.70 | 0.00 | 1.64 | 0.00 | 21.09 | 24.51 | 12.54 | 0.80 | 0.00 | 3.99 | 0.40 | 0.00 |
| 478 | Суп картофельный с макаронными изделиями М_103 | 200.00 | 8.20 | 5.78 | 4.74 | 16.73 | 123.07 | 0.09 | 0.05 | 17.28 | 0.26 | 1.18 | 0.00 | 21.96 | 54.60 | 22.64 | 0.86 | 309.24 | 3.93 | 0.29 | 0.01 |
| 662 | Птица тушенная в соусе М_290 | 100.00 | 29.24 | 15.68 | 19.51 | 2.95 | 191.74 | 0.01 | 0.01 | 0.06 | 0.01 | 0.97 | 0.03 | 16.69 | 9.99 | 1.61 | 0.05 | 20.06 | 1.18 | 0.28 | 0.00 |
| 704 | Каша гречневая рассыпчатая _302 | 180.00 | 9.52 | 10.50 | 7.83 | 51.54 | 325.16 | 0.26 | 0.14 | 0.00 | 0.03 | 0.74 | 0.09 | 18.06 | 248.92 | 165.82 | 5.57 | 322.42 | 2.79 | 4.89 | 0.02 |
| 721 | Компот из свежих яблок М_342 | 200.00 | 6.19 | 0.16 | 0.16 | 27.87 | 108.96 | 0.01 | 0.01 | 1.60 | 0.00 | 0.16 | 0.00 | 4.00 | 3.20 | 0.80 | 0.40 | 111.20 | 0.80 | 0.12 | 0.00 |
| 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**

| № 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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 822 | Оладьи с повидлом 60/5 (с 1-3 лет) №432 | 65.00 | 5.79 | 4.62 | 4.69 | 29.52 | 160.69 | 0.07 | 0.07 | 0.47 | 0.01 | 1.84 | 0.05 | 48.74 | 63.69 | 10.78 | 0.55 | 93.72 | 3.58 | 3.24 | 0.01 |
| 698 | 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 |
| 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 |