



Согласовано:
Директор

Дата: 19.06.2012

Handwritten signature



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Дата: 19.06.2012

Меню

День: понедельник

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	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
741	Каша молочная пшеничная с маслом М. 173	155.00	9.50	6.48	7.31	32.08	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
897	Кофейный напиток с молоком, 379	200.00	8.19	3.30	2.73	24.98	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
509	Хлеб пшеничный	60.00	4.75	4.56	0.48	28.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.88	0.00	1.92	3.60	0.00
401	Масло (порциями) М. 14	10.00	7.20	0.08	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
818	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 50/50	100.00	37.55	7.63	8.34	1.07	136.66	0.01	0.00	0.00	0.08	0.76	0.00	6.01	16.36	9.95	0.45	4.45	0.18	0.09	0.00
477	Суп картофельный с бобовыми М. 102	200.00	9.15	7.27	8.77	15.64	142.38	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	89.88	27.88	1.61	181.98	3.46	2.31	0.00
870	Макаронные отварные М. 309 200 гр	200.00	8.19	8.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.08	93.45	1.05	0.07	0.00
736	Салат из белокочанной капусты М. 45	60.00	2.10	0.89	3.05	5.39	52.84	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.72	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	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

№ рецепта	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
821	Оладьи с повидлом 120/10 (сз-7 лет) №432	130.00	10.98	9.68	3.41	59.05	306.73	0.15	0.15	0.92	0.02	1.04	0.12	98.24	127.36	21.44	1.11	188.38	7.05	6.65	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
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