Согласовано
Директор
Дата 20

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Сидотова
Дата 20.06.2024

Меню

День: вторник
Неделя:1 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
718	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М_173	210.00	15.99	7.84	13.56	32.78	282.88	0.18	0.16	1.30	0.08	0.80	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	205.36	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	22.80	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	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

№ 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
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	9.86	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.38	0.01
818	Тефтели рубленые с соусом сметанным с томатом 60/50	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_88	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	8.88	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

№ 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
782	Запеканка из творога 100г(с 3-7 лет)№251	115.00	32.74	17.77	5.75	16.80	198.09	0.06	0.25	0.61	0.05	0.28	0.15	113.04	160.92	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
589	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	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00