

Согласовано
Директор

Дата "11" октября 2023г

День: среда

Неделя: 2 неделя

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Меню



Утверждаю:

Директор ООО «Комбинат питания»

М.Н. Федотова

Дата: 11 октября 2023г

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 | | |
| 401 | Масло (порциями) М_14 | 10.00 | 6.00 | 0.08 | 8.25 | 0.08 | 74.80 | 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 | |
| 717 | Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М_173 | 210.00 | 14.32 | 8.74 | 12.49 | 43.87 | 320.30 | 0.19 | 0.15 | 1.30 | 0.06 | 0.25 | 0.20 | 134.54 | 207.40 | 54.94 | 1.46 | 245.00 | 11.25 | 3.45 | 0.02 | |
| 569 | Хлеб пшеничный | 40.00 | 3.07 | 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 | |
| 605 | Груша порциями | 100.00 | 24.67 | 0.40 | 0.30 | 9.50 | 42.00 | 0.02 | 0.03 | 5.00 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 19.00 | 16.00 | 12.00 | 2.30 | 155.00 | 1.00 | 0.10 | 0.01 | |
| 597 | Чай с фруктовым соком | 200.00 | 6.34 | 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 | 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 | |
| 731 | Салат из квашенной капусты М_47 | 150.00 | 20.02 | 2.40 | 7.49 | 11.52 | 125.08 | 0.03 | 0.03 | 37.95 | 0.00 | 3.45 | 0.00 | 62.97 | 46.37 | 21.54 | 0.85 | 21.90 | 0.45 | 0.08 | 0.00 |
| 485 | Суп с макаронными изделиями М_111 | 250.00 | 9.79 | 5.91 | 8.24 | 15.66 | 138.11 | 0.04 | 0.02 | 0.94 | 0.20 | 2.57 | 0.00 | 9.90 | 29.75 | 9.09 | 0.50 | 41.00 | 1.10 | 0.06 | 0.00 |
| 732 | Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234 | 100.00 | 18.80 | 7.23 | 5.02 | 10.95 | 118.76 | 0.06 | 0.04 | 0.62 | 0.03 | 2.54 | 0.03 | 45.26 | 102.07 | 8.82 | 0.40 | 37.53 | 2.62 | 1.00 | 0.00 |
| 706 | Пюре картофельное 200гр_312 | 230.00 | 15.89 | 4.88 | 12.59 | 30.29 | 253.42 | 0.21 | 0.18 | 7.96 | 0.26 | 0.33 | 0.22 | 57.94 | 126.86 | 42.55 | 1.52 | 888.20 | 12.94 | 1.61 | 0.01 |
| 755 | Компот из чернослива М_348 | 200.00 | 4.44 | 0.34 | 0.00 | 23.65 | 92.81 | 0.00 | 0.01 | 0.45 | 0.00 | 0.27 | 0.00 | 11.89 | 12.33 | 15.16 | 0.45 | 128.39 | 0.08 | 0.04 | 0.00 |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 50.00 | 2.95 | 3.40 | 0.65 | 20.35 | 122.50 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.25 | 23.70 | 7.05 | 0.58 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |