

Согласовано  
Директор  
Дата 04 октября 2023г.



Утверждаю:  
Директор ООО «Комбинат питания»  
М.И. Федотова  
Дата 04 октября 2023г.

Меню

День: среда  
Неделя: 1 ноября  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

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 (мкг)	Se (мкг)	F	
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М 223	220.00	67.27	32.67	24.62	46.51	539.48	0.11	0.58	0.75	0.13	0.84	0.22	390.88	479.86	51.61	1.20	252.25	16.37	56.75	0.05
401	Масло (порциями) М 14	10.00	6.00	0.08	8.25	0.06	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
736	Чай с лимоном М 377	200.00	2.60	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
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
698	Яблоки свежие порциями	100.00	8.18	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

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 (мкг)	Se (мкг)	F	
389	Салат из квашеной капусты	100.00	13.35	1.60	4.99	7.68	83.39	0.02	0.02	25.30	0.00	2.30	0.00	41.99	30.91	14.36	0.57	14.60	0.30	0.05	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М 103	250.00	10.57	6.11	5.93	20.91	140.02	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
718	Рыба припущенная с соусом М 227	100.00	25.40	9.29	1.78	3.29	65.76	0.06	0.01	1.03	0.04	0.38	0.03	35.34	100.19	3.10	0.10	38.99	1.33	0.29	0.01
883	Пюре картофельное 220/10 М 312	230.00	14.47	4.65	11.09	28.95	234.16	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.88	1.45	648.98	12.37	1.53	0.01
707	Компот из изюма 348	200.00	5.99	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
729	Яйцо вареное М 209	40.00	8.28	5.09	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	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