

Согласовано.
Директор

Дата: 18 октября 2023г



День: среда

Неделя: 1 октября

Возрастная группа: 12 лет и старше

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"

М.Н. Федотов

Дата: 18 октября 2023г

Меню

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	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)		
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М_223	130.00	42.03	19.30	14.55	27.48	318.79	0.07	0.34	0.44	0.08	0.49	0.13	230.98	283.43	30.50	0.71	149.06	9.67	33.54	0.00
401	Масло (порциями) М_14	10.00	6.60	0.08	8.25	0.08	74.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.60	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.25	0.16	0.03	15.20	59.18	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	0.01
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	0.01

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	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)		
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100.00	7.99	1.22	0.08	22.04	90.87	0.06	0.06	5.75	1.50	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.68	99.45	3.76	0.16	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	18.97	7.23	5.02	10.95	118.76	0.06	0.04	0.62	0.03	2.54	0.03	45.26	102.07	6.82	0.40	37.53	2.82	1.00	0.00
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	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
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	10.99	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	385.55	4.91	0.37	0.00
883	Пюре картофельное 220/10 М_312	230.00	15.20	4.65	11.09	28.96	234.16	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.68	1.45	848.98	12.37	1.53	0.00
707	Компот из изюма_348	200.00	5.93	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	0.00
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