

Согласовано
Директор

Дата " " 202

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата "20" октября 2023г

Меню

День: пятница

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп.	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 (мг)	Se (мкг)	F	
610	Яблоки (порциями)	100.00	8.18	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.07	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	19.44	96.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.26	2.40	0.00
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (с 3-7 лет) №179	206.00	9.85	11.52	7.05	58.84	341.97	0.28	0.15	0.00	0.02	0.79	0.08	19.40	273.07	182.28	6.12	354.15	3.07	5.35	0.02
402	Сыр (порциями) М_15	26.00	19.89	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.26	22.00	0.00	3.63	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.37	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	0.68	208.38	9.00	2.00	0.03

Обед

№ рецеп.	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 (мг)	Se (мкг)	F	
861	Хлеб Дарницкий	40.00	2.38	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.98	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
883	Пюре картофельное 220/10 М_312	230.00	15.20	4.65	11.09	26.95	234.16	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.88	1.45	848.98	12.37	1.53	0.01
25	Винегрет овощной (67)	100.00	8.52	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
715	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/6	255.00	14.20	4.65	9.02	16.91	147.08	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.66	26.25	0.97	345.28	4.85	2.24	0.00
862	Птица тушеная в соусе М_290	100.00	32.89	10.36	15.00	2.95	42.19	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	18.99	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.26	0.00
721	Жюльен из свежих яблок М_342	200.00	6.91	0.16	0.16	27.87	108.98	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00