

Согласовано.
Директор



10 октября 2023г



Утверждаю
Директор ФЦСБП - Комбинат питания
М.Н. Федотова
Дата: 08 октября 2023г



- 11 лет

Меню

Завтрак

| № рецеп. блюда | Наименование | Вес порции, г | Цена, р | Пищевые в-ва, г | | | Энерг. ценность, ккал | Витамины, мкг | | | | | | Минеральные в-ва, мг | | | | | | | |
|----------------|---|---------------|---------|-----------------|-------|----------|-----------------------|---------------|------|------|------|------|---------|----------------------|--------|-------|------|---------|----------|-------|------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | B1 | B2 | C | A | E | D (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 718 | Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М_173 | 210.00 | 13.67 | 7.84 | 13.56 | 32.78 | 280.90 | 0.18 | 0.16 | 1.30 | 0.06 | 0.60 | 0.20 | 143.83 | 234.95 | 70.05 | 1.69 | 147.50 | 10.94 | 14.82 | 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 | 6.00 | 26.00 | 5.60 | 0.44 | 0.00 | 1.28 | 2.40 | 0.00 |
| 724 | Какао с молоком М_382 | 200.00 | 8.47 | 3.97 | 3.42 | 26.08 | 143.00 | 0.04 | 0.16 | 1.30 | 0.02 | 0.01 | 0.05 | 125.12 | 115.20 | 31.00 | 0.98 | 206.36 | 9.00 | 2.00 | 0.03 |
| 609 | Бутерброд с повидлом | 55.00 | 9.86 | 2.40 | 4.36 | 27.68 | 158.80 | 0.04 | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08 | 10.00 | 22.80 | 5.60 | 0.60 | 0.75 | 0.95 | 1.85 | 0.00 |

Обед

| № рецеп. блюда | Наименование | Вес порции, г | Цена, р | Пищевые в-ва, г | | | Энерг. ценность, ккал | Витамины, мкг | | | | | | Минеральные в-ва, мг | | | | | | | |
|----------------|---|---------------|---------|-----------------|------|----------|-----------------------|---------------|------|------|------|------|---------|----------------------|--------|--------|------|---------|----------|------|------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | B1 | B2 | C | A | F | D (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 25 | Винегрет овощной (67) | 60.00 | 5.03 | 0.80 | 6.06 | 4.11 | 74.60 | 0.03 | 0.02 | 7.77 | 0.13 | 2.72 | 0.00 | 15.39 | 24.65 | 11.12 | 0.46 | 66.69 | 1.83 | 0.16 | 0.00 |
| 742 | Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5 | 205.00 | 11.18 | 4.30 | 7.40 | 10.71 | 105.07 | 0.04 | 0.04 | 9.88 | 0.22 | 1.96 | 0.00 | 35.92 | 43.29 | 22.02 | 0.94 | 150.80 | 4.54 | 0.38 | 0.01 |
| 743 | Тефтели рубленные с соусом 60/50 М_276 | 110.00 | 29.63 | 7.47 | 6.37 | 8.05 | 139.10 | 0.03 | 0.06 | 0.00 | 0.02 | 2.86 | 0.03 | 18.26 | 78.60 | 13.66 | 1.14 | 175.16 | 4.57 | 1.28 | 0.02 |
| 746 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/6 М_302 | 155.00 | 7.53 | 8.68 | 6.31 | 42.64 | 266.46 | 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 |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 40.00 | 2.36 | 2.72 | 0.52 | 16.28 | 98.00 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 4.20 | 18.96 | 5.64 | 0.47 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| 730 | Компот из смеси сухофруктов М_349 | 200.00 | 4.31 | 0.57 | 0.00 | 32.71 | 126.05 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.06 |