

Согласовано
Директор

Дата "14" сентября 2023



Действ. в период:
Неделя:
Сезон:
Возраст: от 18 до 72 лет включительно

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата "14" сентября 2023

Меню

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порция, 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	
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.13	2.36	6.46	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.90	0.96	1.90	0.00
724	Каша 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	116.20	51.00	0.96	206.36	9.00	2.00	0.03
669	Хлеб пшеничный	40.00	2.84	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	6.00	1.28	2.40	0.00
881	Макаронные отварные с сыром 200гр М_204	205.00	17.42	10.97	6.41	36.33	266.32	0.07	0.07	0.14	0.07	1.10	0.27	66.21	121.92	14.52	1.13	101.51	0.84	2.95	0.00
729	Яйцо вареное М_209	40.00	7.80	5.08	4.60	0.29	82.90	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
699	Яблоки свежие порциями	100.00	10.74	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

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порция, 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	
736	Салат из белокачанной капусты М_45	100.00	3.46	1.48	5.08	6.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.26	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	250.00	3.86	1.89	4.97	14.28	109.76	0.06	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	90.10	20.75	0.85	216.56	3.09	1.76	0.01
652	Фрикадельки в соусе М_290	100.00	27.41	7.99	6.09	10.99	163.75	0.06	0.08	1.52	0.01	2.29	0.04	29.99	91.86	12.98	1.22	174.11	5.30	1.27	0.03
709	Каша пшеничная вязкая 200г 303	200.00	7.93	5.50	6.39	32.85	230.22	0.11	0.06	0.00	0.04	0.86	0.14	21.12	125.87	26.29	2.09	110.95	0.00	33.76	0.00
707	Компот из яблок 348	200.00	7.92	0.36	0.00	26.06	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
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.26	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.84	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00