

Согласовано:
Директор

Дата: 22 сентября 2023

Утверждено:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.И. Федотов
Дата: 23.09.2023

Меню

День: пятница
Неделя:
Сезон:
Возрастная группа:

№ рецеп. блюда	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	
																					Белки
748	Каша гречневая рассыпчатая с маслом М. 302	150,00	8,51	8,68	6,31	42,64	268,46	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
402	Сыр (порцики) М. 15	25,00	14,80	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	0,25	22,00	0,00	3,83	0,00
724	Каша с молоком М. 382	200,00	8,47	3,97	3,42	26,08	143,00	0,04	0,18	1,30	0,02	0,01	0,05	125,12	116,20	31,00	0,98	206,36	9,00	2,00	0,03
589	Хлеб пшеничный	40,00	2,84	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	1,28	2,40	0,00
685	мандарины порцики	100,00	27,36	0,80	0,30	8,10	40,00	0,08	0,03	38,00	0,01	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	156,00	0,30	0,10	0,15

№ рецеп. блюда	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	
																					Белки
25	Винегрет овощной (67)	60,00	5,15	0,60	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
749	Расщепник Ленинградский со сметаной М. 200/5	200,00	4,82	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	0,05	6,04	0,23	1,94	0,00	17,98	60,32	21,08	0,78	278,32	3,97	1,80	0,00
652	Птица тушеная в соусе М. 290	100,00	25,01	14,42	18,99	2,95	113,60	0,01	0,01	0,08	0,01	0,97	0,03	16,68	9,99	1,61	0,05	20,08	1,18	0,28	0,00
716	Картофель отварной М. 310	200,00	10,17	3,88	8,31	29,63	193,25	0,20	0,13	8,00	0,23	0,27	0,10	19,51	100,39	39,10	1,51	851,05	10,00	0,67	0,00
721	Компот из свежих яблок М. 342	200,00	5,14	0,16	0,16	27,97	108,96	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
661	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