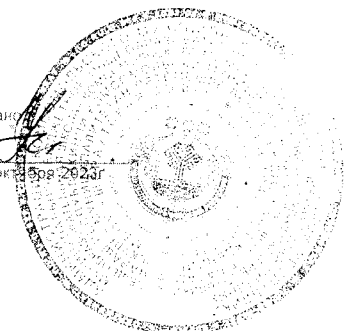


Согласовано
 Директор
 Дата "04" октября 2023г



Утверждаю
 Директор ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Федотова
 Дата "04" октября 2023г

Меню

День: среда
 Неделя: 1 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецепта	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	
744	Запеканка из творога со слущ молоком М_223	220.00	67.27	32.67	24.62	46.51	533.48	0.11	0.58	0.75	0.13	0.84	0.22	390.86	479.66	51.61	1.20	252.25	16.37	56.75	0.05
401	Масло (порциями) М_14	10.00	6.00	0.08	8.25	0.06	74.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.60	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.90	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	19.44	93.20	0.04	0.31	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
898	Яблоки свежие порциями	100.00	9.18	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

Обед

№ рецепта	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	
369	Салат из квашеной капусты	100.00	13.35	1.60	4.99	7.88	83.39	0.02	0.02	25.30	0.00	2.30	0.00	41.98	30.91	14.36	0.57	14.60	0.30	0.55	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	10.57	6.11	6.93	20.91	140.02	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
719	Рыба пропущенная с соусом М_227	100.00	25.40	9.29	1.78	3.29	65.76	0.06	0.01	1.03	0.04	0.38	0.03	35.34	100.19	3.10	0.10	38.99	1.33	0.20	0.01
883	Пюре картофельное 220/10 М_312	230.00	14.47	4.65	11.09	28.95	234.16	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.68	1.45	346.98	12.37	1.53	0.01
707	Компот из изюма_348	200.00	5.99	0.36	0.00	28.06	106.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.69	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
729	Яйцо вареное М_206	40.00	8.28	5.08	4.90	0.28	62.50	0.03	0.16	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	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	0.56	0.00	0.00	0.00	0.00