

Согласовано
Директор



Дата 20.11.2023



День понедельник
Неделя 2 неделя
Сезон
Возрастная группа: 12 лет и старше



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

Меню

Завтрак

№ рец.	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	
392	Бутерброд с сыром	50 00	17 10	5 77	7 95	14 62	162 80	0 04	0 08	0 10	0 06	0 16	0 22	139 20	96 00	9 45	0 49	13 95	0 96	4 03	0 00
723	Каша молочная рисовая с маслом М_174	210 00	17 06	6 10	11 38	39 10	261 28	0 06	0 15	1 30	0 06	0 28	0 20	124 68	157 44	35 64	0 55	181 38	9 62	8 74	0 02
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 98	206 36	0 00	2 00	0 03
669	Хлеб пшеничный	20 00	1 54	1 52	0 16	9 72	47 60	0 02	0 01	0 00	0 00	0 02	0 00	4 00	13 00	2 80	0 22	0 00	0 64	1 20	0 00
698	Яблоки свежие порциями	100 00	9 55	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

№ рец.	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	
710	Компот из кураги_348	200 00	8 48	1 08	0 00	31 33	124 18	0 02	0 04	0 83	0 12	1 14	0 00	33 08	30 19	21 71	0 66	353 77	0 70	0 45	0 00
851	Хлеб Дарницкий	40 00	2 36	2 72	0 52	18 28	96 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
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200 00	11 22	11 68	8 70	57 26	359 91	0 28	0 15	0 00	0 03	0 82	0 10	20 07	278 58	184 24	6 19	358 25	3 10	5 43	0 02
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100 00	10 47	1 22	0 08	22 04	90 87	0 08	0 06	5 75	1 50	0 37	0 00	31 05	56 54	33 72	0 88	99 46	3 76	0 16	0 06
726	Суп картофельный с горохом М_102	250 00	11 04	7 91	8 30	19 50	181 99	0 23	0 07	13 73	0 27	2 45	0 00	34 72	87 88	36 42	2 05	247 10	4 43	2 88	0 01
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	100 00	28 42	7 78	7 98	10 22	140 12	1 12	0 08	1 49	0 02	0 26	0 03	27 70	91 73	15 52	1 27	139 95	5 05	0 88	0 10