

Согласовано  
Директор

Дата 23.11.2023



День четверг  
неделя 2 неделя  
Сезон  
Возрастная группа 12 лет и старше



Утверждаю  
Директор ФНЦ «Комбинат питания»  
М.Н. Федотова  
Дата 23 ноября 2023г

### Меню

#### Завтрак

№ рецеп	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
698	Яблоки свежие порциями	100.00	9.65	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.60	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.90	2.38	8.49	14.68	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.10	0.15	8.40	22.80	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
881	Макароны отварные с сыром 200гр М_204	205.00	22.34	10.97	9.41	38.33	288.32	0.07	0.07	0.14	0.07	1.10	0.27	66.21	121.92	14.52	1.13	101.51	0.94	2.95	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.37	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	208.38	9.00	2.00	0.03
568	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	8.00	28.00	5.60	0.44	0.00	1.26	2.40	0.00

#### Обед

№ рецеп	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
707	Компот из изюма_348	200.00	8.79	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.87	0.00	0.12	0.05
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
738	Салат из Белокочанной капусты М_45	100.00	3.60	1.48	5.06	8.98	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	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	250.00	11.27	5.88	8.14	14.28	129.84	0.06	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.60	50.10	20.75	0.65	218.55	3.09	1.78	0.01
930	Плов из птицы 230г	230.00	43.05	15.84	23.89	48.90	388.01	0.08	0.04	4.55	0.29	5.68	0.00	20.85	107.57	38.28	0.99	66.80	2.01	9.74	0.01