



Утверждаю:  
 Директор ООО «Комбинат питания»  
 М.Н. Федотова  
 Дата "11" декабря 2023

Меню

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая 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	
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	100.00	10.23	0.40	0.40	9.80	46.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	6.00	2.00	1.00	276.00	2.00	0.30	0.00
402	Сыр (пармезан) М. 35	25.00	18.17	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.06	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	126.00	6.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.09
741	Молоко цельное стерилизованное с маслом 150/65 М. 173	155.00	9.94	6.48	7.31	32.06	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.50	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	8.73	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.90	9.00	2.00	0.02
569	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

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая 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	
851	Хлеб диарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	89.00	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	Котлеты рубленые с томатным соусом 50/50 М. 260	100.00	34.81	8.36	10.48	1179.2	172.94	1.12	0.08	7.45	0.09	1.79	0.00	23.16	101.06	23.76	1.69	129.04	4.14	0.77	0.10
729	Салат из белокочанной капусты М. 45	60.00	2.10	0.89	3.05	5.39	51.64	0.02	0.02	21.80	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
477	Суп картофельный с бобовыми М. 102	200.00	8.77	6.90	6.77	15.64	133.45	0.16	0.05	8.91	0.20	1.83	0.00	24.02	69.86	27.83	1.61	181.66	3.48	2.31	0.00
871	Макаронные отварные М. 309 150 гр	200.00	8.57	7.19	6.24	43.19	262.48	0.07	0.03	0.00	0.03	1.11	0.10	5.42	51.46	9.21	1.08	82.52	1.04	0.07	0.00
697	Чай с фруктовым вкусом	200.00	6.68	0.54	0.10	8.56	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00