

Согласовано  
Директор

Дата: 09.10.2023



Город: Чебоксары  
Сезон:  
Возрастная группа:



Утверждаю  
Директор «Комбината питания»  
М.И. Федотова  
Дата: 09.10.2023

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	Se (мкг)	F (мкг)	
703	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40 00	6 90	2 36	8 49	14 66	146 20	0 03	0 02	0 00	0 04	0 13	0 16	6 40	22 50	4 20	0 35	1 50	0 90	1 90	0 00
682	Макаронные отварные с сыром 150 гр М_204	156 00	21 31	9 18	9 22	27 69	233 63	0 05	0 06	0 14	0 07	0 63	0 27	65 05	110 05	12 14	0 67	78 41	0 68	2 95	0 00
724	Кавiao с молоком М_352	200 00	6 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	9 00	2 00	0 03
689	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	26 00	5 60	0 44	0 00	1 28	2 40	0 00
698	Яблоки свежие порциями	100 00	9 56	0 40	0 40	9 80	46 00	0 03	0 02	4 00	0 01	0 40	0 00	10 00	8 00	2 00	1 00	279 00	2 00	0 30	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	Se (мкг)	F (мкг)	
707	Компот из изюма, 348	200 00	8 79	0 36	0 00	28 06	106 63	0 03	0 02	0 00	0 00	0 10	0 00	15 67	26 59	8 33	0 60	164 67	0 00	0 12	0 05
851	Хлеб пшеничный	40 00	2 36	2 72	0 52	16 26	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 03	0 00
730	Салат из белокачанной капусты М_46	60 00	2 10	0 89	3 05	5 39	61 64	0 02	0 02	21 69	0 12	1 36	0 00	24 34	17 58	9 85	0 33	142 02	1 72	0 15	0 01
458	Суп крестьянский с крупой М_98	200 00	9 01	4 53	6 52	11 42	103 71	0 04	0 03	14 40	0 18	1 66	0 00	18 30	40 08	16 60	0 52	174 64	2 47	1 41	0 01
683	Плов из птицы М_291	200 00	40 83	15 29	21 38	2 60	311 16	0 01	0 01	3 68	0 24	4 52	0 00	11 12	16 38	8 39	0 31	14 60	0 90	0 06	0 01