Согласовано
Директор

Дата 18.12.2023

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
_____ М.Н.Федотова
Дата 18 декабря 2023г

Меню

День понедельник
Неделя 2 неделя
Возрастная группа с 12 лет

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции	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	I (мкг)	Se (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	17.19	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	98.00	9.45	0.49	13.95	0.99	4.03	0.00
750	Каша молочная рисовая 150/5 М_174	155.00	11.35	4.55	6.47	29.05	191.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	92.91	117.33	26.73	0.41	135.66	7.21	6.53	0.01
724	Какао с молоком М_382	200.00	9.12	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
589	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
868	Яблоки свежие порциями	100.00	10.23	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	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	I (мкг)	Se (мкг)	F
704	Каша гречневая рассыпчатая_302	200.00	12.39	11.66	8.70	57.28	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	6.19	358.25	3.10	5.43	0.02
710	Компот из кураги_348	200.00	8.46	1.08	0.00	31.33	124.16	0.02	0.04	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.56	353.77	0.70	0.45	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.26	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
443	Салат из моркови с изюмом М_66	60.00	6.28	0.73	0.05	13.22	54.52	0.04	0.04	3.45	0.90	0.22	0.00	16.63	35.92	20.23	0.53	54.87	2.25	0.10	0.04
471	Суп картофельный с бобовыми М_102	200.00	8.77	6.90	6.77	15.64	133.45	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.86	1.61	181.66	3.46	2.31	0.00
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	100.00	28.64	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