Согласовано
Директор
Дата 12 - 12 - 2023

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 12 декабря 2023

# Меню

День: вторник
Неделя: 1 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

**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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 569 | 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 |
| 928 | Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом 260 (250/10) | 260.00 | 17.45 | 9.64 | 14.82 | 39.92 | 327.20 | 0.22 | 0.20 | 1.61 | 0.06 | 0.96 | 0.21 | 177.49 | 288.80 | 86.15 | 2.07 | 182.54 | 13.54 | 18.19 | 0.02 |
| 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 |
| 609 | Бутерброд с повидлом | 55.00 | 10.44 | 2.40 | 4.36 | 27.68 | 158.80 | 0.04 | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08 | 10.00 | 22.80 | 5.60 | 0.60 | 0.75 | 0.96 | 1.85 | 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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 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 |
| 25 | Винегрет овощной (67) | 100.00 | 8.16 | 1.34 | 10.11 | 6.86 | 124.34 | 0.05 | 0.04 | 12.95 | 0.22 | 4.54 | 0.00 | 25.65 | 41.08 | 18.53 | 0.77 | 111.15 | 3.05 | 0.27 | 0.00 |
| 703 | Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5 | 255.00 | 14.59 | 4.82 | 8.93 | 14.37 | 128.60 | 0.05 | 0.05 | 12.35 | 0.27 | 2.50 | 0.00 | 45.01 | 58.06 | 28.33 | 1.24 | 194.00 | 5.87 | 0.51 | 0.01 |
| 743 | Тефтели рубленые с соусом 60/50 М_279 | 110.00 | 29.87 | 7.47 | 8.37 | 8.05 | 139.10 | 0.03 | 0.06 | 0.00 | 0.02 | 2.86 | 0.03 | 18.26 | 78.60 | 13.66 | 1.14 | 175.16 | 4.57 | 1.28 | 0.02 |
| 704 | Каша гречневая рассыпчатая _302 | 180.00 | 11.15 | 10.50 | 7.83 | 51.54 | 323.92 | 0.26 | 0.14 | 0.00 | 0.03 | 0.74 | 0.09 | 18.06 | 248.92 | 165.82 | 5.57 | 322.42 | 2.79 | 4.89 | 0.02 |
| 730 | Компот из смеси сухофруктов М_349 | 200.00 | 5.43 | 0.57 | 0.00 | 32.21 | 126.05 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |