



Согласовано:  
 Директор  
 Дата 25.03.2024



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 25.03.2024

**Меню**

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

**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) | Se (мкг) | F     |      |
| 724     | Какао с молоком М 382                                  | 200.00        | 8.71    | 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  | 9.90     | 2.00  | 0.03 |
| 928     | Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом 260 (250/10) | 260.00        | 16.92   | 9.84            | 14.82 | 39.92    | 329.18                 | 0.22         | 0.20 | 1.61 | 0.06 | 0.98 | 0.21    | 177.49               | 288.80 | 86.15 | 2.07 | 182.54  | 13.54    | 18.19 | 0.02 |
| 609     | Бутерброд с повидлом                                   | 55.00         | 10.81   | 2.40            | 4.36  | 27.68    | 159.80                 | 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 |
| 569     | Хлеб пшеничный   | 40.00         | 3.17    | 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 |

**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) | Se (мкг) | F    |      |
| 851     | Хлеб Дарницкий                                 | 60.00         | 3.66    | 4.08            | 0.78 | 24.42    | 147.00                 | 0.03         | 0.00 | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 0.00    | 6.30                 | 28.44  | 8.46   | 0.70 | 0.00    | 0.00     | 0.00 | 0.00 |
| 818     | Тертые рубленые с соусом 60/50                 | 110.00        | 33.73   | 7.92            | 5.48 | 11.03    | 116.45                 | 0.01         | 0.01 | 1.34  | 0.03 | 0.14 | 0.00    | 11.06                | 12.52  | 3.43   | 0.16 | 31.08   | 1.18     | 0.28 | 0.00 |
| 443     | Салат из моркови с изюмом М 66                 | 100.00        | 12.92   | 1.22            | 0.08 | 22.04    | 98.37                  | 0.06         | 0.06 | 5.75  | 1.50 | 0.37 | 0.00    | 31.05                | 56.54  | 33.72  | 0.88 | 99.45   | 3.76     | 0.16 | 0.06 |
| 703     | Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5 | 255.00        | 15.12   | 5.02            | 8.93 | 14.37    | 138.91                 | 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 |
| 704     | Каша гречневая рассыпчатая 302                 | 180.00        | 9.52    | 10.50           | 7.83 | 51.54    | 325.16                 | 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 |
| 736     | Чай с лимоном М 377                            | 200.00        | 2.63    | 0.16            | 0.03 | 15.20    | 59.18                  | 0.00         | 0.00 | 2.80  | 0.00 | 0.01 | 0.00    | 2.80                 | 1.54   | 0.84   | 0.04 | 11.41   | 0.01     | 0.03 | 0.00 |