



Утверждаю
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Седотова
 Дата 19.02.2021

Меню

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 (мкг)	Se (мкг)	F	
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	100.00	9.27	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
741	Каша молочная пшеничная с маслом М_173	155.00	9.50	6.48	7.31	32.06	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	8.19	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	148.00	9.00	2.00	0.02
589	Хлеб пшеничный	80.00	4.75	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.00	0.00
401	Масло (порциями) М_14	10.00	7.20	0.08	8.25	0.06	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	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 (мкг)	Se (мкг)	F	
818	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 80/50	100.00	37.55	7.63	8.34	1.07	136.68	0.01	0.00	0.00	0.09	0.76	0.00	6.01	18.36	9.95	0.45	4.45	0.16	0.09	0.00
477	Суп картофельный с бобовыми М_102	200.00	9.15	7.27	6.77	16.64	142.38	0.18	0.05	6.91	0.20	1.83	0.00	24.02	59.86	27.88	1.81	181.68	3.48	2.31	0.00
870	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	8.19	8.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.08	93.45	1.05	0.07	0.00
736	Салат из белокочанной капусты М_45	80.00	2.10	0.89	3.05	5.39	52.84	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
597	Чай с фруктовым вкусом	200.00	6.72	0.54	0.10	6.58	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
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	16.98	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00

Полдник

№ 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 (мкг)	Se (мкг)	F	
821	Оладьи с повидлом 120/10 (с3-7 лет) №432	130.00	10.98	9.68	3.41	59.05	306.73	0.15	0.15	0.92	0.02	1.04	0.12	98.24	127.36	21.44	1.11	186.38	7.05	6.65	0.03
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.77	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.60	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	9.27	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