



Утверждаю  
 ООО «Комбинат питания»  
 И.И. Солдатова  
 Дата 22.02.2022

Меню

День: вторник  
 Неделя: 2 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Na (мг)	F	
548	Запеканка творожная со сметанным соусом М. 223 150гр	150.00	42.35	20.11	16.64	21.13	323.22	0.07	0.32	0.31	0.10	0.58	0.21	193.46	274.36	27.53	0.85	185.64	11.06	38.75	0.03
638	Яблоки свежие порциями	100.00	8.27	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
728	Чай с сахаром М. 375	200.00	1.23	0.10	0.03	14.99	53.85	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
809	Бутерброд с колбасой	55.00	10.51	2.40	4.36	27.88	139.50	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.80	0.60	0.75	0.06	1.65	0.00
869	Хлеб пшеничный	50.00	3.95	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.00	7.00	0.55	0.00	1.60	0.00	0.00

Обед

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Na (мг)	F	
458	Суп крестьянский с капустой М. 38	250.00	10.32	5.90	8.14	14.28	138.37	0.05	0.04	18.00	0.20	0.38	0.00	23.50	50.10	20.75	0.25	218.55	3.09	1.78	0.01
739	Салат из Белокочанной капусты М. 45	100.00	3.92	1.48	5.06	8.56	38.07	0.03	0.01	36.01	0.21	0.32	0.00	10.50	104.36	16.40	0.54	238.10	2.87	0.28	0.01
979	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом М. 50.50	100.00	29.85	9.92	12.16	11.89	180.74	0.01	0.01	0.07	0.03	1.48	0.00	10.19	6.03	3.57	0.18	31.03	1.18	0.25	0.00
874	Чай с сахаром 200 гр М. 304	200.00	13.98	4.91	8.14	47.83	203.70	0.00	0.00	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.82	25.56	0.69	52.76	1.01	10.95	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 345	200.00	4.34	0.57	0.00	32.21	123.05	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
851	Хлеб пшеничный	40.00	2.44	2.72	0.52	18.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	15.96	5.84	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00