

Согласовано:  
Директор

*В.В.*

Дата: 04.04.2024



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата: 04.04.2024



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) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 750    | Каша молочная рисовая 150/5 М_174 | 155.00        | 11.10   | 4.55            | 6.47 | 29.05    | 192.33                 | 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        | 8.94    | 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 |
| 569    | Хлеб пшеничный                    | 20.00         | 1.58    | 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 |
| 698    | Яблоки свежие порциями            | 100.00        | 11.59   | 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 |
| 733    | Бутерброд с маслом сливочным М_1  | 40.00         | 9.58    | 2.36            | 8.49 | 14.66    | 148.20                 | 0.03         | 0.02 | 0.00 | 0.04 | 0.13 | 0.15    | 8.40                 | 22.50  | 4.20  | 0.35 | 1.50    | 0.98    | 1.90     | 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) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 443    | Салат из моркови с изюмом М_66                  | 60.00         | 7.20    | 0.73            | 0.05 | 13.22    | 59.02                  | 0.04         | 0.04 | 3.45 | 0.90 | 0.22 | 0.00    | 18.63                | 33.92  | 20.23  | 0.53 | 59.67   | 2.25    | 0.10     | 0.04 |
| 710    | Компот из кураги_348                            | 200.00        | 10.46   | 1.08            | 0.00 | 31.33    | 124.18                 | 0.02         | 0.04 | 0.83 | 0.12 | 1.14 | 0.00    | 33.08                | 30.19  | 21.71  | 0.66 | 353.77  | 0.70    | 0.45     | 0.00 |
| 615    | Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50        | 100.00        | 33.40   | 12.39           | 5.95 | 9.07     | 210.93                 | 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 |
| 477    | Суп картофельный с бобовыми М_102               | 200.00        | 9.56    | 7.27            | 6.77 | 15.64    | 142.38                 | 0.18         | 0.05 | 8.91 | 0.20 | 1.93 | 0.00    | 24.02                | 69.86  | 27.88  | 1.61 | 181.68  | 3.46    | 2.31     | 0.00 |
| 746    | Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302 | 155.00        | 8.22    | 8.68            | 6.31 | 42.64    | 267.44                 | 0.21         | 0.11 | 0.00 | 0.02 | 0.61 | 0.08    | 14.90                | 205.90 | 137.20 | 4.61 | 266.75  | 2.31    | 4.04     | 0.01 |
| 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                 | 18.96  | 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) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |      |
| 823    | Ватрушка с повидлом 70гр ПК | 70.00         | 6.14    | 4.06            | 1.89 | 44.03    | 209.30                 | 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 | 0.00 |
| 698    | Яблоки свежие порциями      | 100.00        | 11.59   | 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 |      |
| 736    | Чай с лимоном М_377         | 200.00        | 2.47    | 0.16            | 0.03 | 15.20    | 59.16                  | 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 |      |