Согласовано
Директор
Дата 27.04.2024

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
Дата 27.04.2024

Меню

День среда
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
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	100.00	11.69	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
949	Запеканка из творога со сгущ.молоком М_223 150/20	170.00	55.43	25.40	19.83	35.33	425.96	0.09	0.44	0.55	0.11	0.66	0.16	297.44	369.53	39.44	0.94	202.44	12.87	44.40	0.04
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	1.64	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
860	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(№1)	50.00	10.37	3.12	8.57	19.62	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.46	1.50	1.28	2.50	0.00
669	Хлеб пшеничный	30.00	2.38	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	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
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	18.98	7.66	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.67	0.01	46.00	102.83	8.77	0.42	60.06	2.64	1.08	0.00
25	Винегрет овощной (67)	100.00	12.72	1.54	10.11	6.86	129.88	0.05	0.04	12.96	0.22	4.64	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	10.23	7.22	5.93	20.91	163.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
883	Пюре картофельное 220/10 М_312	230.00	17.27	6.46	11.09	28.95	253.45	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.68	1.46	848.98	12.37	1.53	0.01
707	Компот из изюма _348	200.00	9.69	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.69	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.06
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	0.00	98.00	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