

Согласовано
Директор
Дата 2024



Утверждаю:
Директор ООО «Комбинат Питания»
И.И. Семенов
Дата 24.04.2024

Меню

День: среда
Неделя: 2 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	
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	5.80	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М_173	210.00	15.22	8.74	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.08	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.29	3.45	0.02
392	Бутерброд с сыром	50.00	16.24	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.45	13.95	0.66	4.03	0.00
697	Чай с фруктовым соком	200.00	8.72	0.54	0.10	8.58	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
655	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	273.00	2.00	0.30	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	
25	Салат винегрет заправленный (67)	100.00	12.72	1.54	10.11	6.66	126.68	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.68	41.08	18.58	0.77	111.16	3.05	0.27	0.00
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.32	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
738	Чай с лимоном М_377	200.00	2.47	0.16	0.03	15.20	59.18	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.60	1.54	0.04	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
708	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	16.49	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200.00	8.18	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.05	17.28	0.26	1.18	0.00	21.96	54.60	22.64	0.86	309.24	3.93	0.29	0.01
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	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.08	2.64	1.08	0.00