



Согласовано:
 Директор
 Дата: 20.04.2024



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Федотова
 Дата: 24.04.2024

Меню

День: среда

Неделя: 2 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 (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 566 | 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 | 5.60 | 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 | 11.25 | 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 | 0.18 | 0.22 | 139.20 | 96.00 | 9.45 | 0.49 | 13.95 | 0.96 | 4.03 | 0.00 |
| 597 | Чай с фруктовым соком | 200.00 | 6.72 | 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 |
| 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 |

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 | |
| 25 | Винегрет овощной (67) | 100.00 | 12.72 | 1.54 | 10.11 | 6.86 | 129.88 | 0.05 | 0.04 | 12.95 | 0.22 | 4.54 | 0.00 | 25.65 | 41.08 | 18.53 | 0.77 | 111.15 | 3.05 | 0.27 | 0.00 |
| 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 |
| 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 |
| 706 | 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 | 0.28 | 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 | 50.06 | 2.64 | 1.08 | 0.00 |