



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.И. Новодорова  
 Дата 04 2024

Меню

День: пятница  
 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      | Na (мкг) | Se (мкг) | Cl   |
| 879      | Каша пшеничная с маслом 200/110 | 210.00        | 16.00   | 9.40            | 11.95 | 37.09    | 297.89                 | 0.03         | 0.13 | 1.30 | 0.06 | 0.10 | 0.20    | 121.18               | 92.07 | 13.86 | 0.12 | 147.50 | 9.00     | 2.10     | 0.02 |
| 897      | Жареный напиток с молоком 379   | 200.00        | 8.82    | 3.30            | 2.73  | 24.98    | 146.30                 | 0.04         | 0.15 | 1.30 | 0.02 | 0.00 | 0.05    | 120.00               | 90.00 | 14.00 | 0.10 | 146.00 | 9.00     | 2.00     | 0.02 |
| 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 | 5.60  | 0.44 | 0.00   | 1.28     | 2.40     | 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

| № 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      | Na (мкг) | Se (мкг) | Cl   |
| 851      | Хлеб Дарницкий                                 | 40.00         | 2.44    | 2.72            | 0.52  | 0.00     | 96.00                  | 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 |
| 429      | Салат из свеклы оттарной М_52                  | 100.00        | 6.80    | 1.35            | 6.08  | 7.67     | 91.05                  | 0.02         | 0.04 | 9.50  | 0.00 | 2.73 | 0.00    | 35.15                | 40.85  | 20.90  | 1.33 | 0.00   | 6.65     | 0.65     | 0.00 |
| 478      | Суп картофельный с макаронными изделиями М_103 | 250.00        | 10.23   | 7.22            | 5.93  | 20.91    | 153.84                 | 0.11         | 0.06 | 21.60 | 0.32 | 1.48 | 0.00    | 27.45                | 68.25  | 28.30  | 1.08 | 366.55 | 4.91     | 0.37     | 0.02 |
| 662      | Птица, тушенная в соусе М_290                  | 100.00        | 35.36   | 15.68           | 19.51 | 2.95     | 191.74                 | 0.01         | 0.01 | 0.06  | 0.01 | 0.97 | 0.03    | 16.69                | 9.99   | 1.61   | 0.05 | 20.06  | 1.18     | 0.26     | 0.00 |
| 704      | Каша гречневая рассыпчатая 302                 | 180.00        | 10.12   | 10.50           | 7.83  | 51.54    | 325.16                 | 0.26         | 0.14 | 0.00  | 0.03 | 0.74 | 0.09    | 18.06                | 248.92 | 165.82 | 5.57 | 322.42 | 2.79     | 4.89     | 0.02 |
| 721      | Компот из свежих яблок М_342                   | 200.00        | 7.39    | 0.16            | 0.16  | 27.87    | 108.96                 | 0.01         | 0.01 | 1.60  | 0.00 | 0.16 | 0.00    | 4.00                 | 3.20   | 0.80   | 0.40 | 111.20 | 0.80     | 0.12     | 0.00 |