



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Федотова
 Дата 14.04.2024

Меню

День: четверг
 Неделя: 1 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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
392	Бутерброд с сыром	50.00	17.50	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.98	4.03	0.00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М_175	260.00	18.23	7.59	12.45	40.84	301.32	0.12	0.17	1.63	0.06	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02
728	Чай с сахаром М_376	200.00	1.33	0.10	0.03	14.99	56.85	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
565	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

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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
592	Макаронные изделия отварные М_309	180.00	8.18	6.34	5.85	38.07	234.53	0.06	0.02	0.00	0.03	0.98	0.09	4.88	45.49	8.12	0.95	81.61	0.92	0.06	0.00
615	Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50	100.00	33.57	8.85	4.88	2.54	111.60	0.01	0.01	1.36	0.02	0.11	0.03	11.30	11.79	3.48	0.14	18.55	1.16	0.20	0.00
900	Кисель из повидла	200.00	7.77	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.38	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00
429	Салат из свеклы отварной М_52	100.00	4.01	1.35	6.08	7.87	89.85	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
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	12.21	4.57	8.94	8.26	111.68	0.08	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	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

новик