Согласовано:
Директор
Дата "__" 05 2024

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата "17" 05 2024

# Меню

День: пятница
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 |
| 401 | Масло (порциями) М_14 | 10.00 | 7.20 | 0.08 | 8.25 | 0.08 | 76.80 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 0.04 | 0.10 | 0.15 | 2.40 | 3.00 | 0.00 | 0.02 | 1.50 | 0.00 | 0.10 | 0.00 |
| 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 |
| 779 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом(с 3-7 лет)№179 | 200.00 | 9.51 | 11.24 | 6.88 | 55.26 | 334.59 | 0.27 | 0.15 | 0.00 | 0.02 | 0.77 | 0.07 | 18.93 | 266.41 | 177.83 | 5.97 | 345.51 | 2.99 | 5.22 | 0.02 |
| 724 | Какао с молоком М_382 | 200.00 | 8.94 | 3.97 | 3.42 | 26.08 | 143.00 | 0.04 | 0.16 | 1.30 | 0.02 | 0.01 | 0.05 | 125.12 | 116.20 | 31.00 | 0.98 | 206.36 | 9.00 | 2.00 | 0.03 |
| 610 | Яблоки (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 | I (мкг) | Se (мкг) | F |
| 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 |
| 739 | Салат из белокочанной капусты М _45 | 100.00 | 6.77 | 1.48 | 5.08 | 8.98 | 88.07 | 0.03 | 0.04 | 36.01 | 0.21 | 2.32 | 0.00 | 40.57 | 29.96 | 16.42 | 0.54 | 236.70 | 2.87 | 0.25 | 0.01 |
| 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 | 1.45 | 848.98 | 12.37 | 1.53 | 0.01 |
| 715 | Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5 | 255.00 | 12.83 | 5.64 | 9.02 | 16.91 | 164.44 | 0.10 | 0.06 | 7.54 | 0.28 | 2.41 | 0.00 | 21.40 | 74.65 | 26.25 | 0.97 | 345.25 | 4.85 | 2.24 | 0.00 |
| 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 | 20.08 | 1.18 | 0.28 | 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 |