Согласовано:
Директор
Дата "__.__.202__

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата "12" 01 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
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	10.68	11.24	8.88	55.26	333.63	0.27	0.15	0.00	0.02	0.77	0.07	18.93	286.41	177.83	5.97	345.51	2.99	5.22	0.02
402	Сыр (порциями) M_15	25.00	19.20	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
724	Какао с молоком M_382	200.00	9.12	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	10.23	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
883	Пюре картофельное 220/10 M_312	230.00	16.75	4.65	11.09	28.95	234.16	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
721	Компот из свежих яблок M_342	200.00	6.73	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
702	Салат из белокочанной капусты_43	100.00	5.69	2.59	7.68	3.14	90.28	0.04	0.09	24.70	0.04	2.93	0.26	32.87	50.15	15.18	0.87	239.58	1.57	3.96	0.01
715	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	14.15	4.95	9.02	16.91	147.80	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 M_290	100.00	33.31	11.56	15.00	2.95	95.30	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	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