

Согласовано  
Директор

Дата: 11/20/24



Утверждено:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Дедотова  
Дата: 11/20/24

Меню

Дни: среда

Неделя: 2 неделя

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
569	Хлеб пшеничный	40,00	3,17	9,04	0,32	19,44	95,20	0,04	0,01	0,00	0,00	0,04	0,00	9,00	26,00	5,60	0,44	0,00	1,28	2,40	0,00
392	Бутерброд с сыром	50,00	17,50	6,70	7,95	14,62	163,90	0,04	0,00	0,10	0,06	0,16	0,22	139,20	96,00	9,45	0,49	13,95	0,96	4,03	0,00
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М. 173	210,00	16,14	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
597	Чай с фруктовым соком	200,00	6,72	0,54	0,10	8,56	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 порционные	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

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
478	Суп картофельный с макаронными изделиями и с маслом М. 103	200,00	9,00	5,78	4,74	16,73	123,07	0,09	0,05	17,26	0,29	1,18	0,00	21,86	54,60	22,64	0,88	309,24	3,93	0,29	0,01
736	Чай с лимоном М. 377	200,00	2,92	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	16,02	5,86	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
25	Винегрет овощной (67)	100,00	6,27	1,54	10,11	6,86	129,88	0,05	0,04	12,95	0,22	4,54	0,00	25,85	41,08	18,53	0,77	111,15	3,05	0,27	0,00
732	Котлеты рыбные сметанным с томатом соусом 50/50 М. 234	100,00	18,99	7,54	5,02	10,95	119,61	0,06	0,04	0,62	0,03	2,54	0,03	45,26	102,07	6,82	0,40	37,53	2,62	1,00	0,00
851	Хлеб Дарницкий	40,00	2,44	2,72	0,52	18,29	96,00	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