

Согласовано:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 Дата: 11.09.2024



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата: 11.09.2024

### Меню

День: среда  
 Неделя: 2 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

#### Завтрак

| № рещ. | 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 (мкг) | Se (мкг) | F    |      |
| 569    | Хлеб пшеничный                                | 40.00         | 3.36    | 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 |
| 392    | Бутерброд с сыром                             | 50.00         | 19.30   | 6.70            | 7.95  | 14.62    | 163.80                 | 0.04         | 0.06 | 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 пшеничная с маслом 200/10 М_173 | 210.00        | 19.55   | 8.74            | 12.49 | 43.87    | 322.28                 | 0.19         | 0.15 | 1.30 | 0.06 | 0.25 | 0.20    | 134.54               | 207.40 | 54.94 | 1.46 | 245.00  | 11.25    | 3.45 | 0.02 |
| 697    | Чай с фруктовым соком                         | 200.00        | 6.90    | 0.54            | 0.10  | 8.58     | 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 порциями                        | 100.00        | 12.95   | 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

| № рещ. | 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 (мкг) | Se (мкг) | F    |      |
| 706    | Пюре картофельное 200гр_312                    | 200.00        | 23.05   | 5.88            | 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 |
| 736    | Чай с лимоном М_377                            | 200.00        | 2.73    | 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 |
| 651    | Хлеб Дарницкий                                 | 40.00         | 2.58    | 2.72            | 0.52  | 16.28    | 98.00                  | 0.00         | 0.00 | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 0.00    | 4.20                 | 18.80  | 5.64  | 0.00 | 0.00    | 0.00     | 0.00 |      |
| 669    | Хлеб пшеничный                                 | 20.00         | 1.68    | 1.52            | 0.16  | 9.72     | 47.60                  | 0.02         | 0.01 | 0.00  | 0.00 | 0.02 | 0.00    | 4.00                 | 13.00  | 2.80  | 0.22 | 0.00    | 0.64     | 1.20 | 0.00 |
| 478    | Суп картофельный с макаронными изделиями М_103 | 250.00        | 12.11   | 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 | 386.55  | 4.91     | 0.37 | 0.02 |
| 25     | Винегрет овощной (67)                          | 100.00        | 9.16    | 1.54            | 10.11 | 6.86     | 129.88                 | 0.05         | 0.04 | 12.95 | 0.22 | 4.54 | 0.00    | 25.65                | 41.08  | 18.53 | 0.77 | 111.15  | 3.05     | 0.27 | 0.00 |
| 732    | Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234            | 100.00        | 17.86   | 7.66            | 5.91  | 11.85    | 137.08                 | 0.06         | 0.04 | 0.61  | 0.04 | 2.57 | 0.01    | 45.00                | 102.83 | 8.77  | 0.42 | 50.06   | 2.64     | 1.08 | 0.00 |