

Согласовано
Директор
Дата: 08.08.2022



Утверждено
Директор ООО 'Комбинат питания'
М.Н. Федотов
Дата: 08.08.2022

Меню

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

Завтрак

№ п/п	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	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Na (мг)	F	
609	Бутерброд с колбасой	55.00	12.46	2.40	4.36	27.66	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.60	5.80	0.60	0.75	0.90	1.85	0.00
680	Хлеб пшеничный	50.00	4.20	3.60	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00
690	Яблоко свежее порезанное	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
645	Закусочная из творога со сметаной М_203 180/20	200.00	71.68	30.00	26.12	30.20	481.91	0.10	0.48	0.48	0.16	0.85	0.29	303.72	412.77	41.31	1.23	262.71	17.28	55.01	0.06
720	Чай с сахаром М_379	200.00	1.38	0.10	0.03	14.99	69.86	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

Обед

№ п/п	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	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Na (мг)	F	
679	Котлеты рубленые из филе свинины со сметаной с томатным соусом 50/50	100.00	29.50	9.92	12.16	11.89	180.74	0.01	0.01	0.67	0.03	1.46	0.00	10.19	8.88	3.67	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
674	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	17.35	4.91	8.14	47.83	286.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.89	56.79	1.01	10.98	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	5.43	0.57	0.00	32.21	129.05	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
681	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	0.00
685	Хлеб пшеничный	20.00	1.66	1.52	0.16	9.72	47.80	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.84	1.20	0.00
739	Салат из обезжиренной капусты М_45	100.00	4.69	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.67	29.98	16.42	0.54	238.70	2.87	0.25	0.01
686	Суп крестьянский с крупой М_98	250.00	11.53	5.90	8.14	14.28	138.37	0.05	0.04	18.00	0.23	2.38	0.00	23.50	50.10	20.75	0.68	218.56	3.09	1.76	0.01