



Согласовано  
Директор  
Дата: 09.09.2022



Утверждено  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотов  
Дата: 09.09.2022

Меню

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

Завтрак

№ рецепта	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 (мг)	Se (мкг)	F		
668	Хлеб пшеничный	40.00	3.38	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	8.00	28.00	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	0.09	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.95	4.03	0.00	
777	Каша молочная пшеница 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	
597	Чай с фруктовым вкусом	200.00	6.90	0.54	0.10	8.58	35.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
695	Яблоки свежие порционный	100.00	12.95	0.40	0.40	9.60	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

№ рецепта	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 (мг)	Se (мкг)	F		
706	Пюре картофельное 200гр 3:2	200.00	23.05	5.88	10.94	25.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.28	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	0.64	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	
65	Хлеб парижский	40.00	2.58	2.72	0.52	16.26	88.00	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	
669	Хлеб пшеничный	20.00	1.88	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	0.64	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 (87)	100.00	9.16	1.54	10.11	6.88	129.88	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.85	41.08	16.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00	
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М 254	100.00	17.66	7.86	5.91	11.85	137.09	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	9.77	0.42	50.08	2.64	1.06	0.00	