



Утверждаю:  
Директор ООО 'Комбинат питания'  
М.Н. Федотова  
Дата: 15.09.2022

### Меню

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

#### Завтрак

№	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
878	Каша перловая с маслом М.200/10	210.00	20.00	9.40	11.95	37.09	297.69	0.03	0.13	1.30	0.06	0.10	0.20	121.18	92.07	13.86	0.12	147.50	9.00	2.10	0.02
697	Кисельный напиток с молоком М.379	200.00	9.91	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
669	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	25.00	5.80	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
698	Рблик овсяный порциями	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

№	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Чай с лимонком 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	0.94	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб бородинский	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	5.94	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
869	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
429	Салат из свеклы отварной М.52	100.00	4.88	1.35	6.08	7.87	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.85	0.68	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	66.25	28.30	1.08	388.55	4.91	0.37	0.02
802	Пюре тушеная в соусе М.290	100.00	30.98	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.08	0.01	0.97	0.03	16.66	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
870	Макарон отварные М.309 200 гр	200.00	11.02	6.03	6.52	43.61	258.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00