

Согласовано
Директор
Дата



Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата 09.09.2024

Меню

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

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
609	Бутерброд с повидлом	55.00	12.46	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
569	Хлеб пшеничный	50.00	4.20	3.80	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
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
948	Запеканка из творога со сметаной М. 223 180/20	200.00	71.68	30.00	26.12	30.20	491.81	0.10	0.48	0.48	0.16	0.85	0.29	303.72	412.77	41.31	1.23	292.71	17.28	55.01	0.05
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.38	0.10	0.00	14.99	56.85	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

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
679	Котлеты рубленные из филе птицы со сметанным соусом 50/50	100.00	29.50	9.92	12.16	11.89	160.74	0.01	0.01	0.67	0.03	1.46	0.00	10.19	8.68	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	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.89	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200.00	5.43	0.57	0.00	32.21	128.05	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
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	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
729	Салат из белокочанной капусты М. 45	100.00	4.69	1.48	5.08	6.88	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.86	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М. 98	250.00	11.63	6.90	8.14	14.26	138.37	0.05	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.65	218.55	3.09	1.76	0.01