

Согласовано  
Директор

Дата: 16.09.2024



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата 16.09.2024

Меню

День: понедельник  
Неделя: 1 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование	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	I (мкг)	Se (мкг)	F		
999	Яблоки свежие	100.00	10.80	0.40	0.40	13.81	0.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
401	Масло (порциями) М. 14	10.00	10.00	0.08	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00		
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М. 173	210.00	19.07	8.74	12.48	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.08	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.48	245.00	11.25	3.45	0.02		
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	9.51	3.30	2.73	24.98	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	148.00	9.00	2.00	0.02		
569	Хлеб пшеничный	60.00	5.04	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.60	0.00		

Обед

№ рецеп. блюда	Наименование	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	I (мкг)	Se (мкг)	F		
616	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 50/50	100.00	35.91	7.83	8.34	1.07	136.68	0.01	0.00	0.00	0.09	0.78	0.00	6.01	16.36	9.95	0.45	4.45	0.18	0.09	0.00		
870	Макаронные отварные М. 309 200 гр	200.00	10.33	8.03	6.52	43.61	268.43	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		
597	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		
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	98.00	0.06	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		
589	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		
739	Салат из белокачанной капусты М. 45	100.00	4.89	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	38.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01		
726	Суп картофельный с горошком М. 102	250.00	11.10	8.38	8.30	19.50	173.29	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	38.42	2.05	247.10	4.43	2.88	0.01		