



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М. И. Федотов
 Дата: 20.09.2024

Меню

День пятница
 Неделя 1 неделя
 Сезон
 Возрастная группа 12 лет и старше

Завтрак																						
№ рецеп. блюда	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	
669	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	16.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00	
699	Яблоки свежие	100.00	10.80	0.40	0.40	13.81	5.00	0.05	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
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (с 3-7 лет)	205.00	10.96	11.52	7.05	50.84	342.60	0.26	0.15	0.00	0.02	0.79	0.08	19.40	273.07	182.28	6.12	354.15	3.07	5.35	0.02	
401	Масло подсолнечное М 74	10.00	10.00	0.00	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	
724	Молоко сгущенное М 382	200.00	9.10	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03	
Обед																						
№ рецеп. блюда	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	
999	Жаркое по-домашнему (1) М 256	200.00	35.18	10.03	18.97	21.31	342.15	0.11	0.06	8.11	0.13	3.27	0.00	16.09	76.57	30.55	1.26	527.52	6.36	0.54	0.00	
738	Чай с лимоном М 377	200.00	2.59	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.68	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	8.22	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 41	100.00	4.69	1.48	5.08	8.98	16.07	0.03	0.04	36.01	0.21	3.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01	
715	Греческий суп с овощами из сметаны М 250	250.00	11.90	5.04	9.02	16.91	164.46	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	28.25	0.97	345.25	4.85	2.24	0.00	