Согласовано
Директор
Дата "__" ____ 202_

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.А.Федотова
Дата 27.09.2024

Меню

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

Завтрак

№ рец	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	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
879	Каша полбяная с маслом 200/10	210.00	19.52	9.40	11.95	37.09	297.69	0.03	0.13	1.30	0.08	0.10	0.20	121.18	92.07	13.86	0.12	147.50	9.00	2.10	0.02
697	Кофейный напиток с молоком М_379	200.00	9.51	3.30	2.73	24.96	148.30	0.04	0.15	1.38	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
589	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	28.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00

Обед

№ рец	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	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.59	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	86.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	16.80	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	47.60	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	4.58	1.35	6.08	7.87	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	36.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.85	0.66	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	11.12	7.22	5.93	20.91	163.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	88.26	28.30	1.08	366.55	4.91	0.37	0.02
862	Птица, тушенная в соусе М_290	100.00	31.14	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.98	0.01	0.97	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.08	1.15	0.28	0.00
870	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	10.33	6.03	6.52	43.61	266.43	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