

Согласовано:  
Директор

Дата



Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Комбинат Питания»  
М.И. Подотопов  
Дата 19.04.2022

Меню

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

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
508	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	26,00	5,60	0,44	0,00	1,28	2,40	0,00
392	Бутерброд с сыром	50,00	19,28	6,70	7,05	14,82	163,80	0,04	0,00	0,10	0,00	0,10	0,22	139,20	96,00	9,45	0,46	13,85	0,90	4,03	0,00
695	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М. 175	260,00	20,99	7,59	12,45	40,84	303,30	0,12	0,17	1,63	0,36	0,24	0,21	158,37	192,64	44,64	0,93	241,94	12,52	5,79	0,02
900	Кисель из повидла	200,00	7,86	0,07	0,00	26,92	109,81	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,05	5,35	1,28	0,21	70,07	0,00	0,08	0,00

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
615	Биточка "Сочные" с томатным соусом 50/50	100,00	33,16	12,30	5,95	9,07	210,93	0,01	0,01	1,54	0,03	0,14	0,00	11,00	12,62	3,43	0,16	31,06	1,18	0,28	0,00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200,00	16,27	4,91	8,14	47,83	288,70	0,03	0,03	0,00	0,04	0,38	0,14	3,48	62,62	25,56	0,66	56,79	1,01	10,96	0,00
736	Чай с лимоном М. 377	200,00	2,59	0,16	0,03	15,20	59,16	0,00	0,00	2,82	0,00	0,01	0,00	2,80	1,54	0,84	0,04	11,41	0,01	0,03	0,00
851	Хлеб бараночный	40,00	2,58	2,72	0,52	16,28	66,00	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	47,60	0,02	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	0,00	0,84	1,20	0,00
429	Салат из свеклы отварной М. 52	100,00	4,58	1,35	6,06	7,87	91,05	0,02	0,04	9,90	0,00	2,73	0,00	35,16	40,85	20,90	1,33	0,00	0,65	0,65	0,00
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255,00	12,35	4,65	8,94	8,26	122,72	0,06	0,05	21,68	0,75	2,37	0,00	38,64	50,00	21,88	0,78	302,70	4,26	0,35	0,01