

Согласовано
 Директор
 Дата 16.09.2022



Утверждаю
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Федотова
 Дата 16.09.2022

Меню

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

Завтрак

№ п/п	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 (мг)	Se (мкг)	F				
959	Яйца вареные	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	0.00
101	Масло (подсолнечное) 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	0.00	0.00	
217	Каша молочная с маслом 209/110 М. 173	210.00	18.07	6.75	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.48	245.00	11.25	3.45	0.02	0.00	0.00	0.00
667	Кофейный напиток с молоком 373	200.00	8.51	3.30	2.73	24.96	148.30	0.04	0.16	1.30	0.02	0.00	0.06	120.00	90.00	14.00	0.10	148.00	9.00	2.00	0.02	0.00	0.00	0.00
558	Хлеб пшеничный	60.00	5.04	4.56	0.48	28.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.68	0.00	1.92	3.60	0.00	0.00	0.00	0.00

Обед

№ п/п	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 (мг)	Se (мкг)	F					
916	Котлета "Аллегриная" с картофельным соусом 50/50	100.00	35.91	7.63	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	0.00	0.00	0.00	0.00
670	Малярный отварный М. 369 200 гр	300.00	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	95.45	1.05	0.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
597	Чай с фруктовым соусом	200.00	5.90	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	0.00	0.00	0.00	0.00
854	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	0.00	0.00	0.00	0.00
566	Хлеб пшеничный	20.00	1.28	1.52	0.18	9.72	47.90	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	15.00	2.80	0.22	0.00	0.84	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М. 45	100.00	4.89	1.48	5.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	18.42	0.54	239.70	2.67	0.26	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00
736	Суп картофельный с горохом М. 102	250.00	11.10	8.36	6.30	19.90	173.15	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	36.42	2.05	247.10	4.43	2.88	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00