



Управление
ООО "Комбинат питания"
Дата 19.07.09

Меню

Докладчик
Период 1 неделя
Секс
Возрастная группа: 12 лет и старше

№	Наименование продукта	Вес порции, г	Энерг. ценность, ккал	Питательные в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
																					F
100	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	2.04	0.02	18.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	28.00	3.80	0.44	0.03	1.28	2.40	0.00
100	Бутерброд с сыром	50.00	19.25	6.70	7.96	14.62	163.80	0.04	0.05	0.10	0.05	0.16	0.22	159.30	98.00	9.45	0.49	13.95	0.95	4.03	0.00
100	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 № 175	200.00	20.99	7.59	12.45	40.94	303.30	0.12	0.17	1.63	0.09	0.24	0.21	168.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	9.79	0.22
100	Пюре из картофеля	300.00	7.99	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.05	0.00	0.00	0.00	5.00	5.38	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00
Обед																					
№	Наименование продукта	Вес порции, г	Энерг. ценность, ккал	Питательные в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
																					F
175	Биточка "Салат" с плавленым сыром 50/50	100.00	33.18	12.39	9.95	9.07	210.80	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.33	3.43	0.16	31.00	1.18	0.28	0.00
176	Суп овощной 200 гр № 304	200.00	18.27	4.91	8.14	47.63	298.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.08	0.14	3.48	82.63	25.58	0.89	98.79	1.91	10.88	0.00
178	Каша с пшеном № 277	200.00	2.85	0.18	0.03	15.20	88.10	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.91	0.23	0.00
181	Хлеб пшеничный	40.00	2.98	2.72	0.02	18.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	6.64	0.00	3.00	0.00	0.95	0.00
182	Хлеб пшеничный	20.00	1.49	1.36	0.01	9.14	49.00	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	4.00	13.00	3.30	0.00	1.50	0.00	0.48	0.00
183	Салат из свеклы отварной № 12	100.00	4.58	1.35	6.58	7.87	81.00	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	0.00	35.15	40.85	20.60	0.00	0.00	2.65	0.98	0.08
177	Шу из свеклы вареный с картофелем со сметаной 250/5	200.00	12.38	4.65	9.94	8.28	122.72	0.00	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	36.64	50.06	21.98	0.79	302.70	4.25	0.35	0.21