



Согласовано  
 Директор *М.А. Федотова*  
 Дата *01.02.2024*



Утверждаю:  
 ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата *01.02.2024*

**Меню**

День: четверг  
 Неделя: 2 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 |                        | B1           | B2   | C    | A    | E    | D (мкг) | Ca     | P                    | Mg    | Fe   | K (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 891     | Макаронные изделия 230 гр М_309 | 230.00        | 9.80    | 9.05            | 6.62 | 49.20    | 296.03                 | 0.08         | 0.03 | 0.00 | 0.03 | 1.25 | 0.10    | 6.03   | 58.46                | 10.49 | 1.23 | 105.33  | 1.18    | 0.07     | 0.00 |
| 868     | Яблоки свежие порциями          | 100.00        | 10.23   | 0.40            | 0.40 | 9.80     | 45.00                  | 0.03         | 0.02 | 4.00 | 0.01 | 0.40 | 0.00    | 10.00  | 8.00                 | 2.00  | 1.00 | 278.00  | 2.00    | 0.30     | 0.00 |
| 869     | Хлеб пшеничный                  | 40.00         | 3.17    | 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 |
| 809     | Бутерброд с повидлом            | 55.00         | 10.81   | 2.40            | 4.36 | 27.66    | 158.80                 | 0.04         | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08    | 10.00  | 22.80                | 5.60  | 0.80 | 0.75    | 0.86    | 1.85     | 0.00 |
| 724     | Кефир с молоком М_382           | 200.00        | 9.12    | 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 | 0.96 | 206.36  | 9.00    | 2.00     | 0.03 |

**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 |                        | B1           | B2   | C     | A    | E    | D (мкг) | Ca    | P                    | Mg    | Fe   | K (мкг) | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 703     | Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5 | 255.00        | 14.76   | 5.02            | 8.93  | 14.37    | 138.91                 | 0.05         | 0.05 | 12.35 | 0.27 | 2.50 | 0.00    | 45.01 | 58.06                | 28.33 | 1.24 | 194.00  | 5.87    | 0.51     | 0.01 |
| 880     | Плов из птицы 210гр                            | 200.00        | 42.10   | 15.31           | 22.83 | 2.69     | 338.75                 | 0.01         | 0.01 | 3.78  | 0.24 | 4.98 | 0.00    | 11.55 | 16.91                | 8.51  | 0.32 | 16.06   | 0.93    | 0.07     | 0.01 |
| 707     | Компот из яблок 348                            | 200.00        | 10.22   | 0.38            | 0.00  | 28.08    | 108.93                 | 0.03         | 0.02 | 0.00  | 0.00 | 0.10 | 0.00    | 15.87 | 25.59                | 8.33  | 0.60 | 164.67  | 0.00    | 0.12     | 0.05 |
| 851     | Хлеб Ларицкий                                  | 50.00         | 3.05    | 3.40            | 0.85  | 20.35    | 122.50                 | 0.03         | 0.00 | 0.00  | 0.00 | 0.00 | 0.00    | 8.25  | 23.70                | 7.06  | 0.58 | 0.00    | 0.00    | 0.00     | 0.00 |
| 739     | Салат из белокачанной капусты М_45             | 100.00        | 3.53    | 1.48            | 5.08  | 8.98     | 88.07                  | 0.03         | 0.04 | 36.01 | 0.21 | 2.32 | 0.00    | 40.57 | 29.96                | 16.42 | 0.54 | 238.70  | 2.87    | 0.25     | 0.01 |