Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 01 2024

Меню

День: понедельник
Неделя:1 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
910	Яблоки свежие 100 г (д/пш)	100.00	9.27	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
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М_173	210.00	15.15	8.74	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.05	0.29	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	8.19	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
5ер	Хлеб пшеничный	60.00	4.75	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.56	0.00	1.92	0.60	0.00
401	Масло (порциями) М_14	10.00	7.20	0.08	8.25	0.08	75.80	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

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
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
616	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 60/50	100.00	37.55	7.63	8.34	1.07	136.68	0.01	0.03	0.00	0.09	0.76	0.00	6.01	16.36	9.95	0.45	4.45	0.18	0.09	0.00
870	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	8.17	6.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.00	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	3.50	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	38.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
726	Суп картофельный с горохом М_102	250.00	10.40	8.38	8.30	19.50	173.15	0.29	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
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.72	0.54	0.10	8.56	33.00	0.00	0.00	1.36	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00