

Согласовано  
Директор *М.И. Глад*



Утвержден  
Директор ООО «Комбинат питания»  
М.Н. Подотопов  
Дата *07.11.2027*

Меню

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ п/п	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	Se (мкг)	F (мкг)					
724	Яйца свежие	100.00	9.40	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	0.00
724	Каша с молоком М. 382	200.00	6.96	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	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03				
733	Бутерброд с маслом сливочным М. 1	40.00	12.60	2.36	6.49	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00				
723	Каша молочная рисовая с маслом М. 174	210.00	21.76	6.10	11.36	36.10	283.26	0.06	0.15	1.30	0.09	0.28	0.28	124.68	157.44	35.64	0.55	181.38	9.62	6.74	0.02				
666	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	2.60	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00				

Обед

№ п/п	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	Se (мкг)	F (мкг)					
726	Суп картофельный с горохом М. 102	250.00	11.11	8.36	8.30	19.50	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	0.04				
704	Каша гречневая рассыпчатая М. 302	180.00	11.76	10.50	7.83	51.54	325.18	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	18.08	248.92	165.82	6.67	322.42	2.79	4.89	0.02				
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.65	0.16	0.03	15.20	69.16	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00				
661	Хлеб Ларшицкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.26	98.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00				
666	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	2.60	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00				
919	Биточки сочные с томатным со/с/м 50/50	100.00	33.22	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.62	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00				
438	Салат из моркови с яблоками М. 59	100.00	5.76	1.07	0.17	6.10	48.63	0.05	0.06	4.75	1.50	0.40	0.00	22.76	43.25	26.00	0.77	69.50	4.25	0.15	0.04				