



Утверждаю
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.И. Федотова
 Дата 09.10.2024

Меню

День среда
 Неделя 2 неделя
 Сезон
 Возрастная группа 12 лет и старше

Завтрак

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг										
				Р	Белки	Жиры		Углеводы	B1	B2	C	A	E	D (Мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F			
999	Яблоки 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
589	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	8.00	25.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00		
352	Бутерброд с сыром	50.00	19.30	6.70	7.95	14.62	153.60	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.98	4.03	0.00			
711	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М 173	210.00	19.51	8.74	12.49	43.87	322.23	0.19	0.15	1.39	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	64.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02			
597	Чай с фруктовым вкусом	200.00	6.09	0.54	0.10	8.58	33.50	0.00	0.00	1.39	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

Обед

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг										
				Р	Белки	Жиры		Углеводы	B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F			
706	Пюре картофельное 200гр 3*2	200.00	20.99	5.88	10.54	26.34	235.15	0.19	0.15	6.42	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	27.00	1.32	770.35	11.25	1.40	0.01			
736	Чай с лимоном М 377	200.00	2.65	0.16	0.03	15.20	59.16	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			
823	Хлеб Дагестанский	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	16.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	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	2.80	0.22	0.00	0.84	1.20	0.00			
476	Суп картофельный макаронными изделиями М 103	250.00	11.01	7.22	5.93	20.91	153.64	0.11	0.08	21.50	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	388.55	4.91	0.37	0.02			
25	Винегрет овощной (67)	100.00	10.32	1.54	10.11	0.85	129.88	0.06	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00			
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М 284	100.00	21.82	7.65	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.08	2.64	1.08	0.00			