

Согласовано
Директор

Дата 202



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата 10 2021

Меню

День среда
Неделя 1 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)	Se (мкг)	F		
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00	
969	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
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	12.60	2.36	8.49	14.68	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	6.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00	
949	Запеканка из творога со сгущ. молоком М_223 150/20	170.00	61.76	25.40	19.83	35.33	425.95	0.09	0.44	0.55	0.11	0.66	0.16	297.44	389.53	39.44	0.94	202.44	12.87	44.40	0.04	
738	Чай с лимоном М_377	200.00	2.65	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	

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)	Se (мкг)	F	
651	Хлеб Дарницкий	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
669	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	0.64	1.20	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	21.82	7.66	5.91	11.85	137.06	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00
25	Винегрет овощной (67)	100.00	10.32	1.54	10.11	6.86	129.88	0.05	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
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	11.01	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
700	Пюре картофельное 200г 312	200.00	20.99	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.36	110.31	37.00	1.32	772.36	11.25	1.40	0.01
707	Компот из яблок 348	200.00	7.07	0.36	0.00	28.06	108.83	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