



Утверждено:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Федотова
 Дата 08.10.2022

Меню

День: среда
 Неделя: 1 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Бес-порции	Цена	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	
060	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	2.28	0.34	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	8.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.98	1.80	0.00
069	Яйцо куриное	100.00	9.40	0.40	0.40	13.81	0.00	0.53	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
733	Бутерброд с маслом сливочным М 1	40.00	12.80	2.36	8.49	14.68	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.98	1.90	0.00
040	Закуска из творога со сливочным маслом М 223 130/20	170.00	51.76	25.40	19.83	35.33	425.95	0.09	0.44	0.85	0.11	0.86	0.16	397.44	389.53	39.44	0.54	202.44	12.87	44.40	0.04
735	Чай с лимонным М 277	200.00	2.86	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

№ п/п	Наименование блюда	Бес-порции	Цена	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	
063	Хлеб пшеничный	40.00	2.56	2.72	0.52	15.26	95.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.94	0.00	0.00	0.00	0.00	
060	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	6.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.94	1.20	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом М 234	100.00	21.82	7.86	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	2.84	1.08	0.00
25	Винегрет салатный (07)	100.00	10.32	1.34	10.11	6.98	129.86	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.85	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
078	Суп картофельный с макаронными изделиями М 153	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	86.25	26.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
706	Суп картофельный с макаронными изделиями М 217	200.00	20.99	5.88	10.94	28.34	238.11	0.16	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
077	Плов из говядины М 348	200.00	7.07	0.36	0.00	28.00	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.80	164.67	0.00	0.12	0.05