Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.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, 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
999	Яблоки свежие	100.00	8.40	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
569	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	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
382	Бутерброд с сыром	50.00	19.30	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.46	13.95	0.95	4.00	0.00
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М. 173	210.00	19.51	8.74	12.46	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
897	Чай с фруктовым соком	200.00	8.09	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	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, 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
708	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	70.99	6.88	10.94	28.34	238.11	0.19	0.15	8.92	0.23	0.29	0.19	60.38	110.31	37.00	1.32	772.05	11.25	1.40	0.01
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.65	0.16	0.03	15.20	59.18	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
859	Хлеб Дарницкий	40.00	2.56	2.72	0.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
561	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
476	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	11.01	7.22	5.83	23.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	29.30	1.06	386.56	4.91	0.37	0.02
29	Винегрет овощной (67)	100.00	10.32	1.54	10.11	6.86	129.88	0.06	0.04	12.96	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	7.86	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.81	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00