



Утверждаю:  
 Директор ООО «Комбинат питания»  
 М.Н. Федотова  
 Дата 10.11.2022

**Меню**

День: четверг  
 Неделя: 2 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

**Завтрак**

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	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	Na (мг)	Se (мкг)	F
724	Каша с маком М-382	200.00	8.96	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	0.88	208.36	9.00	2.00	0.03
669	Хлеб пшеничный	50.00	4.20	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.80	3.00	0.00
695	Рисовый суп	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
870	Макаронные изделия М-388 200 гр	200.00	11.02	8.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.08	93.45	1.05	0.07	0.00
609	Пюре из картофеля с маслом	55.00	12.16	2.40	4.36	27.88	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.09	10.00	22.80	5.80	0.60	0.75	0.96	1.86	0.00

**Обед**

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	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	Na (мг)	Se (мкг)	F
707	Котлет из говядины М-348	200.00	7.07	9.36	0.00	26.06	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
851	Хлеб дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.26	66.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.84	0.00	0.00	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	2.80	0.22	0.00	0.84	1.20	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250мл	255.00	12.64	5.00	8.93	14.37	136.91	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	184.00	5.67	0.51	0.01
980	Плов из курицы 210гр	200.00	37.72	15.31	22.83	2.89	375.70	0.01	0.01	3.78	0.24	4.86	0.00	11.95	16.91	8.51	0.32	16.06	0.93	0.07	0.01
738	Салат из болгарской капусты М-45	100.00	3.92	1.48	5.08	8.88	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.30	0.00	40.57	28.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01