



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Федотова
 Дата 17.11.2021

Меню

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

Завтрак

№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг												
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	F						
999	Яблоки свежие	100.00	10.20	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	0.00	0.00
401	Масло (порционн) М_14	10.00	10.08	0.08	8.25	0.06	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
717	Каша молочная пшеница с маслом 200/10 М_173	210.00	19.87	8.74	12.46	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.08	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
897	Крепкий напиток с молоком_379	200.00	9.79	3.30	2.73	24.99	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
868	Хлеб пшеничный	80.00	6.04	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.05	0.00	12.00	39.00	8.40	0.98	0.00	1.92	3.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Обед

№ рецеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг												
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	F						
870	Макарон отварные М_309 200 гр	200.00	11.02	8.03	6.52	45.61	268.45	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.06	0.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
887	Чай с фруктовым соком	200.00	7.19	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	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
881	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	18.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.54	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
868	Хлеб пшеничный	20.00	1.88	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.68	13.00	2.95	0.22	0.00	0.84	1.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
816	Котлета "Аппалатская" с пылушным соусом 50/50	100.00	35.87	7.63	8.34	1.07	136.68	0.01	0.00	0.00	0.08	0.76	0.00	5.01	18.36	9.95	0.45	4.45	0.18	0.09	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	3.92	1.48	5.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.98	18.42	0.54	236.70	2.87	0.26	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
729	Суп картофельный с горохом М_102	250.00	11.11	8.38	8.30	19.50	173.15	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	38.42	2.05	247.10	4.43	3.88	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00