



Утверждаю  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федосова  
 Дата 10.02.04

Меню

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

Завтрак

№ рецепта	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)	Na (мг)	F		
568	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	2.28	0.24	14.56	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	19.90	4.20	0.33	0.00	0.05	1.60	0.00	
999	Яблоко свежее	100.00	10.20	0.40	0.40	13.91	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	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.38	1.50	0.98	1.90	0.00	
940	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	0.56	0.16	297.44	369.93	36.44	0.94	202.44	12.87	44.40	0.04	
738	Чай с лимонном М_377	200.00	2.65	0.16	0.03	10.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.60	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	

Обед

№ рецепта	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)	Na (мг)	F	
661	Хлеб пшеничный	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	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
669	Хлеб пшеничный	20.00	1.65	1.82	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	7.88	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.93	8.77	0.42	50.08	2.64	1.08	0.00
25	Винегрет свежий (67)	100.00	10.32	1.54	10.11	6.86	129.86	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	26.65	41.08	19.53	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	165.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	26.30	1.08	286.55	4.91	0.37	0.02
706	Пюре картофельное 200гр 312	200.00	20.99	5.88	10.64	26.34	236.11	0.19	0.15	5.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
707	Компот из яблок 348	200.00	7.07	0.36	0.00	28.06	108.93	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	154.67	0.00	0.12	0.05