



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.И. Федотов
 дата 11.10.2017

Меню

Дни: пятница
 Неделя: 1 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп.	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 (мг)	Na (мг)	F		
666	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	16.44	85.20	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	
666	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
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (с 3-7 лет) №179	205.00	11.00	11.52	7.05	58.64	342.95	0.28	0.15	0.00	0.02	0.79	0.08	16.40	273.07	182.28	8.12	354.15	3.07	5.35	0.02	
401	Масло (порциями) М_14	10.00	10.08	0.08	8.25	0.08	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	
724	Каво с молоком М_382	200.00	8.98	3.97	3.42	20.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.56	206.36	8.00	2.00	0.03	

Обед

№ рецеп.	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 (мг)	Na (мг)	F	
685	Жаркое домашнему (1) М_258	200.00	35.14	15.03	18.97	21.31	242.15	0.11	0.08	8.11	0.13	3.27	0.00	16.09	76.57	30.55	1.26	527.52	8.36	0.54	0.00
730	Чай с лимонном М_377	200.00	2.65	0.16	0.03	15.20	58.18	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.94	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
651	Хлеб барычный	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	5.84	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
669	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	2.90	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	3.92	1.49	5.08	6.98	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	0.25	0.01
716	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	15.72	5.84	9.02	16.91	164.44	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.85	26.25	0.87	345.25	4.85	2.04	0.00