

Согласовано:
Директор

Дата: 15.11.2022



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата: 15.11.2022

Меню

День: вторник
Неделя: 2 неделя
Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп.	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 (мкг)	Se (мкг)	F	
609	Бутерброд с повидлом	55.00	12.76	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	6.80	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
569	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	1.60	3.00	0.00
999	Яблоки свежие	100.00	8.76	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
948	Запеканка из творога со сметаной М. 223 180/20	200.00	79.90	30.00	26.12	30.20	491.61	0.10	0.48	0.48	0.16	0.85	0.29	303.72	412.77	41.31	1.23	292.71	17.28	55.01	0.05
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.29	0.10	0.03	14.99	56.85	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

Обед

№ рецеп.	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 (мкг)	Se (мкг)	F	
979	Котлеты рубленные из филе птицы со сметанным соусом 50/50	100.00	27.32	9.92	12.16	11.89	180.74	0.01	0.01	0.67	0.03	1.46	0.00	10.19	8.68	3.67	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200.00	18.43	4.91	8.14	47.83	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200.00	4.76	0.57	0.00	32.21	126.05	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
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.26	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
569	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
739	Салат из белокочанной калусты М. 45	100.00	3.97	1.48	5.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М. 98	250.00	11.33	5.90	8.14	14.28	138.37	0.05	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.65	218.55	3.09	1.76	0.01