

Согласовано  
Директор

Дата



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата 11.11.2024

Меню

День

Неделя

Сезон

Возрастная группа 12 лет и старше

Завтрак

№ п/п	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				
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	0 00	0 00	0 00
589	Хлеб пшеничный	40 00	3 36	3 04	0 32	19 44	95 20	0 04	0 01	0 00	0 00	0 04	0 00	0 00	8 00	26 00	5 60	0 44	0 00	1 28	2 40	0 00	0 00	
399	Булочка с сыром	50 00	20 50	6 70	7 95	14 62	163 80	0 04	0 06	0 10	0 06	0 16	0 22	139 20	96 00	9 45	0 49	13 95	0 96	4 03	0 00	0 00	0 00	0 00
	Каши овсяная	210 00	21 40	8 74	12 49	43 87	322 28	0 19	0 15	1 30	0 06	0 25	0 20	134 54	207 40	54 94	1 46	245 00	11 25	3 45	0 02	0 00	0 00	0 00
699	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

Обед

№ п/п	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				
799	Котлетки с картошкой	200 00	23 09	5 88	10 94	26 34	238 11	0 19	0 15	6 92	0 23	0 29	0 19	50 38	110 31	37 00	1 32	772 35	11 25	1 40	0 01	0 00	0 00	0 00
739	Чай с лимонном	200 00	2 83	0 16	0 03	15 20	59 16	0 00	0 00	2 80	0 00	0 01	0 00	2 80	1 54	0 84	0 04	11 41	0 01	0 03	0 00	0 00	0 00	0 00
899	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	0 00	0 00	0 00
699	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 64	1 20	0 00	0 00	0 00	0 00
	Макаронные изделия	250 00	11 63	7 22	5 93	20 91	153 84	0 11	0 06	21 60	0 32	1 48	0 00	27 45	68 25	28 30	1 08	386 55	4 91	0 37	0 02	0 00	0 00	0 00
23	Сигарет	100 00	10 47	1 54	10 11	6 86	129 88	0 05	0 04	12 95	0 22	4 54	0 00	25 65	41 08	18 53	0 77	111 15	3 05	0 27	0 00	0 00	0 00	0 00
799	Котлеты рыбные с соусом	100 00	21 79	7 66	5 91	11 85	137 08	0 06	0 04	0 61	0 04	2 57	0 01	45 00	102 83	8 77	0 42	50 06	2 64	1 08	0 00	0 00	0 00	0 00