



Утверждаю  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 12.11.2024

Меню  
 на ноябрь 2024

Возрастная группа 12 лет и старше

Завтрак

№	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
24	Какао с молоком М. 382	200 00	13 53	3 97	3 42	26 08	143 00	0 04	0 16	1 30	0 02	0 01	0 05	125 12	116 20	31 00	0 98	206 36	9 00	2 00	0 03
26	Какао молочная из овсяных хлопьев с маслом 260 (250-10)	260 00	23 15	9 64	14 82	39 92	329 18	0 22	0 20	1 61	0 06	0 96	0 21	177 49	288 80	86 15	2 07	182 54	13 54	18 19	0 02
53	Бургер с говядиной	55 00	12 76	2 40	4 36	27 68	159 60	0 04	0 01	0 10	0 02	0 08	0 08	10 00	22 80	5 60	0 60	0 75	0 93	1 85	0 00
54	Хлеб	40 00	3 36	3 04	3 32	19 44	95 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

Обед

№	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
17	Тесто рубленое с соусом 80/50	110 00	34 29	7 92	5 48	11 03	116 45	0 01	0 01	1 34	0 03	0 14	0 00	11 08	12 52	3 43	0 16	31 08	1 18	0 28	0 00
24	Какао молочная рассыпчатая 302	180 00	12 51	10 50	7 83	51 54	325 16	0 26	0 14	0 00	0 03	0 74	0 09	18 06	248 92	165 82	5 57	322 42	2 79	4 89	0 02
25	Хлеб пшеничный	200 00	2 63	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
35	Хлеб диетический	60 00	3 86	4 08	0 78	24 42	147 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00	6 30	28 20	8 46	0 00	0 00	0 00	0 00	0 00
36	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
43	Салат из моркови с яблоками М. 55	100 00	5 53	1 07	0 17	9 30	50 58	0 05	0 08	4 75	1 50	0 40	0 00	22 75	43 25	29 00	0 77	69 50	4 25	0 15	0 04
53	Борщ с картофелем со сметаной	255 00	14 27	5 02	8 93	14 37	138 91	0 05	0 05	12 35	0 27	2 50	0 00	45 01	58 06	28 33	1 24	194 00	5 67	0 51	0 01