

Согласовано
Директор



Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата 14.11.2024

Меню
14 ноября 2024г

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	I (мкг)	Se (мкг)	F	
1	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
2	Пюре картофельное с маслом	50.00	20.50	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	138.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00	
3	Каша из риса с маслом и сахаром	160.00	23.70	7.59	12.45	46.64	303.30	0.12	0.17	0.63	0.06	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02	
4	Кусочки хлеба	200.00	8.58	0.07	0.00	28.52	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	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	I (мкг)	Se (мкг)	F
1	Биточки сочные с томатным соусом 50:50	100.00	33.52	12.39	6.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
2	Пюре картофельное с маслом	200.00	18.43	4.91	6.14	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
3	Каша из овсянки с маслом	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
4	Хлеб пшеничный	40.00	3.58	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
5	Хлеб пшеничный	10.00	1.58	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
6	Пюре картофельное с маслом	100.00	4.49	1.35	6.08	7.87	91.35	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
7	Салат из свежей капусты с картофелем со сметаной и маслом	255.00	12.49	4.85	8.94	6.26	122.72	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01