



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 18.11.2014

Меню  
 18 ноября 2014

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			
999	Яблоки свежие	100.00	8.76	0.40	0.40	9.80	52.00	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	
224	Кавас с молочно-мучным № 362	230.00	10.53	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	0.99	206.36	9.00	2.00	0.03			
	Витеррод с мясным приправным № 362	40.00	13.80	2.36	8.49	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00			
	Кавас молочно-мучная рассыпчатая № 362	210.00	23.48	6.10	11.38	39.10	283.28	0.06	0.15	1.30	0.05	0.28	0.20	124.68	157.44	35.64	0.55	181.38	9.82	8.74	0.02			
999	Чай зеленый	20.00	1.68	0.52	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			

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			
	Суп с фасолью № 362	260.00	11.67	6.38	8.30	19.50	173.15	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	36.42	2.05	247.10	4.43	2.88	0.01			
	Витеррод с мясным приправным № 362	100.00	33.52	12.39	5.95	9.07	210.93	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			
234	Кавас гречневая 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			
236	Чай с лимонным № 362	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			
999	Чай зеленый	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			
	Чай зеленый	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			
436	Салат из моркови с яблоками № 50	100.00	5.53	1.07	0.17	9.30	50.58	0.05	0.06	4.75	1.50	0.40	0.00	22.75	43.25	29.00	0.77	89.50	4.25	0.15	0.04			