

Согласовано
Директор

СВ

Дата 20.11.2024



Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.И. Редотова
Дата 20.11.2024



Меню
20 ноября 2024

Завтрак

№	Наименование	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг												
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F					
525	Яблоко свежее	100.00	6.76	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	0.00	0.00
565	Апельсин свежий	40.00	3.35	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			
566	Витаминизированный сок	50.00	20.50	6.70	7.95	14.62	163.60	0.04	0.08	0.10	0.08	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00				
567	Хлеб пшеничный с маком	200.00	27.40	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	1.48	245.00	11.25	3.45	0.02				
568	Хлеб с маком	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	0.00

Обед

№	Наименование	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг												
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F					
569	Картофельное пюре	200.00	23.09	5.88	10.94	28.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.20	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01				
570	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				
571	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	18.60	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
572	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.80	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00				
573	Макаронные изделия	250.00	11.63	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.08	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02				
574	Витаминизированный сок	100.00	10.47	1.54	10.11	6.66	129.68	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				
575	Хлеб с маком	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	50.08	2.64	1.08	0.00				