

Согласовано:  
 Директор  
 Дата: 2024



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Седокова  
 Дата: 27.11.2024

Меню

День: вторник  
 Неделя: 2 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
809	Бутерброд с повидлом	55.00	12.76	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.98	1.85	0.00
805	Хлеб пшеничный	50.00	4.20	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00
898	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
848	Запеканка из творога со сметаной М 223 180/20	200.00	79.90	30.00	26.12	30.20	491.61	0.10	0.48	0.48	0.16	0.85	0.29	303.72	412.77	41.31	1.23	292.71	17.26	55.01	0.00
728	Чай с сахаром М 376	200.00	1.20	0.10	0.03	14.88	66.85	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

№ рецеп. блюда	Наименование	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
879	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом с томатом соусы 50/50	100.00	27.32	8.92	12.16	11.89	180.74	0.01	0.01	0.97	0.03	1.46	0.00	10.19	8.68	3.67	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М 304	200.00	18.43	4.91	8.14	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
730	Квиноа из смеси сухофруктов М 349	200.00	4.76	0.57	0.00	32.21	126.06	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
851	Хлеб Дарницкий	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	16.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
860	Хлеб пшеничный	20.00	1.88	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
739	Салат из белочанной капусты М 45	100.00	3.97	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	28.86	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с грибами М 68	250.00	11.33	5.90	8.14	14.28	138.37	0.06	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.76	0.85	218.55	3.09	1.76	0.01