

Согласовано  
Директор  
Дата 02



Утверждаю  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотова  
Дата 02 11 2024

Меню

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

Завтрак

| № рецептуры | 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) | Se (мкг) | F    |      |      |
| 724         | Йогурт с яблоком М_362                   | 200.00        | 10.53   | 3.97            | 3.42 | 26.08    | 143.00                 | 0.04         | 0.18 | 1.30 | 0.02 | 0.01 | 0.05    | 125.12               | 118.20 | 31.00 | 0.98 | 205.36  | 9.00     | 2.00 | 0.03 |      |
| 855         | 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 |      |
| 859         | Яйцо свежее                              | 100.00        | 8.78    | 0.45            | 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 | 0.00 |
| 870         | Макаронные изделия отварные М_309 200 гр | 200.00        | 11.88   | 8.03            | 6.52 | 43.61    | 268.43                 | 0.07         | 0.03 | 0.00 | 0.03 | 1.12 | 0.10    | 5.54                 | 52.04  | 9.30  | 1.09 | 93.45   | 1.05     | 0.07 | 0.00 |      |
| 808         | Бульон с помидором                       | 55.00         | 12.78   | 2.40            | 4.36 | 27.88    | 159.80                 | 0.04         | 0.01 | 0.10 | 0.02 | 0.08 | 0.08    | 10.00                | 22.80  | 5.60  | 0.80 | 0.75    | 0.90     | 1.65 | 0.00 |      |

Обед

| № рецептуры | 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) | Se (мкг) | F    |      |
| 707         | Компот из яблок 348                           | 200.00        | 7.07    | 0.36            | 0.00  | 28.06    | 108.83                 | 0.03         | 0.02 | 0.00  | 0.00 | 0.10 | 0.00    | 15.87                | 25.58 | 8.33  | 0.60 | 164.67  | 0.00     | 0.12 | 0.05 |
| 854         | Хлеб Дарницкий                                | 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 |
| 858         | Хлеб пшеничный                                | 25.00         | 1.88    | 1.52            | 0.16  | 9.72     | 47.80                  | 0.02         | 0.01 | 0.00  | 0.00 | 0.02 | 0.00    | 4.00                 | 13.00 | 2.80  | 0.22 | 0.00    | 0.84     | 1.20 | 0.00 |
| 703         | Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250г | 265.00        | 14.27   | 5.02            | 6.83  | 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  | 5.87     | 0.51 | 0.01 |
| 864         | Плов из птицы 210г                            | 200.00        | 40.14   | 15.31           | 22.83 | 2.69     | 378.70                 | 0.01         | 0.01 | 3.78  | 0.24 | 4.98 | 0.00    | 11.55                | 16.91 | 8.51  | 0.32 | 18.08   | 0.93     | 0.07 | 0.01 |
| 738         | Салат из вареной курицы М_45                  | 100.00        | 3.97    | 1.46            | 5.08  | 8.98     | 88.07                  | 0.03         | 0.04 | 36.01 | 0.21 | 2.32 | 0.00    | 40.57                | 29.98 | 16.42 | 0.54 | 238.70  | 2.87     | 0.25 | 0.01 |