



Утверждаю:
 Директор ООО "Комбинат питания"
 М.П. Федотова
 Дата 27.11.2024

Меню

Дата 27.11.2024

День: среда
 Неделя: 1 неделя
 Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп.	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	
609	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
909	Яблоки свежие	100.00	8.18	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
733	Бутерброд с маслом сливочным М 1	40.00	13.08	2.38	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
849	Запеканка из творога со сгущ. молоком М 223 150/20	170.00	89.08	25.40	19.83	35.33	426.06	0.09	0.44	0.55	0.11	0.66	0.16	297.44	369.53	39.44	0.94	202.44	12.87	14.40	0.04
739	Чай с лимоном М 377	200.00	2.83	0.18	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.60	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00

Обед

№ рецеп.	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	
651	Хлеб пшеничный	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	96.00	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
689	Хлеб пшеничный	20.00	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
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М 234	100.00	22.15	7.66	5.91	11.85	137.08	0.08	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00
28	Винегрет овощной (67)	100.00	10.47	1.54	10.11	5.86	129.88	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.63	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М 105	250.00	11.63	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	88.25	28.30	1.06	386.55	4.91	0.37	0.02
706	Пюре картофельное 200гр 312	200.00	33.52	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.26	1.40	0.01
707	Компот из изюма 348	200.00	8.62	0.36	0.00	28.06	106.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05