



Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания" М.И. Федотова  
 Дата 11.11.2024

Меню

Дата 11.11.2024

Сезон

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецепта	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	
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
392	Бутерброд с сыром	50.00	21.29	6.70	7.95	14.82	163.80	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
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М. 176	250.00	24.72	7.59	12.45	40.84	303.30	0.12	0.17	1.63	0.06	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02
900	Кисель из повидла	200.00	8.66	0.07	0.00	26.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.35	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00

Обед

№ рецепта	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	
618	Биточки "Солнечные" с томатным соусом 50/50	100.00	33.79	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	0.18	31.08	1.18	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200.00	18.59	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
739	Чай с лимоном М. 377	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
951	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	18.28	98.00	0.00	0.00	0.39	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.84	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.69	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
429	Салат из свеклы отварной М. 52	100.00	4.49	1.35	8.08	7.87	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.85	0.68	0.00
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	12.60	4.85	8.94	8.26	122.72	0.08	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	33.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01