



Утверждаю
 ООО "Комбинат питания"
 М.И. Федотова
 Дата 27.12.2021

Меню

Дата 24.12.2021

День
 Категория
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ п/п	Наименование продукта	Вес порции	Цена	Пищевые в-ва г			Энергетическая 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)					
909	Яблоки свежие	100.00	11.90	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
568	Хлеб пшеничный	40.00	3.74	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	8.00	28.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.30		
302	Бутерброд с сыром	50.00	22.08	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.18	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.98	4.03	0.30			
71	Каша молочная пшеничная с маслом 200 г М. 172	210.00	22.25	8.74	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.08	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.32			
54	Молоко в упаковке 200 г М. 172	200.00	7.19	0.54	0.10	8.59	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

Обед

№ п/п	Наименование продукта	Вес порции	Цена	Пищевые в-ва г			Энергетическая 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)					
100	Картофельная запеканка	200.00	27.52	5.86	10.94	25.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.26	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.30			
100	Макаронная запеканка	200.00	2.56	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	0.31	0.33	0.00			
65	Хлеб Дарницкий	40.00	2.88	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	0.00	0.00	0.00
559	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	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	0.30			
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103	250.00	12.74	7.22	5.83	20.91	163.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.61	0.37	0.32			
25	Винегрет овощной (67)	100.00	11.28	1.54	10.11	6.85	129.88	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			
732	Котлетки рыбные с соусом 50 г М. 174	100.00	22.24	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	1.06	0.00			

29.11