



Утверждаю  
 Директор ЦО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 15.12.2024

Меню

Дата 15.12.2024

Завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Вес порции	Цена	Пищевые в-ва г			Энерг. ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Na (мкг)	F	
1	Пшеничная каша с маслом	100.00	11.20	3.91	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	208.36	9.00	2.00	0.03
2	Сырники с сахаром	50.00	4.58	3.60	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
3	Чай с сахаром	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
4	Сметанное мороженое	200.00	11.28	5.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.09	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	83.45	1.05	0.07	0.00
5	Сметанное мороженое с фруктами	55.00	7.92	2.40	4.36	27.66	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

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Вес порции	Цена	Пищевые в-ва г			Энерг. ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Na (мкг)	F	
1	Суп с мясом и овощами	200.00	6.50	0.38	0.50	18.58	123.63	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
2	Салат с овощами	40.00	1.83	2.72	1.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.84	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
3	Сметанное мороженое	20.00	1.57	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
4	Сметанное мороженое с фруктами	75.00	7.11	5.02	8.93	44.37	158.91	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
5	Сметанное мороженое с фруктами	200.00	44.54	16.31	22.83	2.66	319.70	0.01	0.01	3.78	0.24	4.96	0.00	11.55	16.91	8.51	0.32	16.06	0.93	0.07	0.01
6	Сметанное мороженое с фруктами	100.00	4.41	1.48	5.08	6.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	238.70	2.87	0.25	0.01