



Утверждено  
 ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Седотков  
 Дата 27.07.2022

Меню

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

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг							Минеральные в-ва, мг						
				Б	Ж	У		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
724	Какао с маслом М. 382	200.00	9.12	3.97	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	296.36	9.00	2.00	0.03
733	Вутерброд с маслом сливочным М. 1	40.00	9.58	2.36	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	0.95	1.60	0.00
723	Каша молочная рисовая с маслом М. 174	210.00	18.92	8.10	11.36	39.10	283.28	0.00	0.15	1.20	0.05	0.28	0.20	124.68	157.44	36.84	0.55	181.38	9.62	8.74	0.02
989	Хлеб пшеничный	20.00	1.58	1.52	0.16	9.72	47.90	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
988	Яблоко свежее поцелиане	100.00	10.23	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	276.00	2.00	0.30	0.00

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг							Минеральные в-ва, мг						
				Б	Ж	У		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
443	Салат из моркови с яблоком М. 86	100.00	11.48	1.22	0.08	22.04	98.37	0.06	0.06	5.75	1.00	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.88	98.45	3.79	0.16	0.00
477	Суп картофельный с горохом и мясом М. 102	250.00	11.11	8.09	8.48	19.88	177.97	0.23	0.07	11.14	0.25	2.41	0.00	30.02	67.32	34.85	2.02	327.10	4.32	2.68	0.00
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.82	0.16	0.03	15.20	58.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.54	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
815	Биточки "Солнышко" сметанным с томатом соусом 50/50	100.00	33.62	12.30	5.05	9.07	210.95	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.18	31.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая М. 302	180.00	11.21	10.50	7.83	51.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.00	18.06	248.82	185.82	5.57	322.42	2.79	4.89	0.00
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	18.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	15.95	5.94	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00