Согласовано
Директор
Дата 09.12.2024

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.М. Федотова
Дата 09.12.2024

Меню

Дата 09.12.2024

День: понедельник
Неделя: 1 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рец	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	I (мкг)	Se (мкг)	F
999	Яблоки свежие	100.00	7.80	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
401	Масло (порциями) М_14	10.00	11.40	0.09	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М_173	210.00	22.25	8.74	12.49	43.87	322.29	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	237.40	54.94	1.48	245.30	11.25	3.45	0.02
607	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	10.99	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	145.00	9.00	2.00	0.02
589	Хлеб пшеничный	60.00	5.62	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.60	0.00

Обед

№ рец	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	I (мкг)	Se (мкг)	F
616	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 50/50	100.00	36.10	7.63	8.34	1.07	136.65	0.01	0.00	0.00	0.09	0.76	0.00	6.01	16.35	9.95	0.45	4.40	0.18	0.09	0.00
670	Макароны отварные М_209 200 гр	200.00	11.98	8.03	6.52	43.61	269.43	0.07	0.05	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	82.04	9.30	1.09	95.45	1.05	0.07	0.00
997	Чай с фруктовым соком	200.00	7.19	0.54	0.10	8.58	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
881	Хлеб Дарницкий	40.00	2.88	2.72	0.52	16.28	66.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.00	18.80	5.54	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
589	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	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	4.41	1.46	5.08	8.66	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.84	236.79	2.67	0.25	0.01
726	Суп картофельный с горохом М_102	250.00	12.94	6.36	8.30	19.50	173.18	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.80	36.42	2.05	247.10	4.45	2.86	0.01