Согласовано
Директор
Дата

Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
Дата

Меню

Дата 20.12.2024

День: пятница
Неделя:2 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						Минеральный 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	0.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
679	Каша пшеничная с маслом 200/10	210.00	23.39	6.40	11.95	37.09	287.69	0.03	0.13	1.30	0.06	0.10	0.20	421.15	92.07	13.86	2.12	147.50	9.20	2.10	0.03
647	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	93.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	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	9.00	28.00	5.00	0.44	0.00	1.28	0.40	0.00

115.42

Обед

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральный в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
738	Чай с лимоном М_377	200.00	2.86	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.20	1.54	0.64	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.68	2.72	0.52	15.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.60	5.64	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00
569	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
428	Салат из свеклы отварной М_82	100.00	4.62	1.35	6.09	7.67	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.95	20.90	1.33	0.00	8.65	0.88	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	12.94	7.22	5.93	23.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.46	0.00	37.45	89.25	29.30	1.09	399.85	4.91	0.37	0.02
632	Птица, тушенная в соусе М_290	100.00	37.49	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.05	0.01	0.97	0.03	16.69	9.66	1.61	0.05	20.08	1.18	0.26	0.00
970	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	11.98	6.03	6.52	43.61	298.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.16	6.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00

114.26