



Утверждаю:
 ООО «Комбинат питания»
 М.Н. Федотова
 Дата 26.12.2024

Меню

Дата 26.12.2024

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

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	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)		Se (мкг)	F
Завтрак																					
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	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
392	Бутерброд с сыром	50.00	22.09	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.98	4.03	0.00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М_175	260.00	24.72	7.59	12.46	40.64	303.30	0.12	0.17	1.63	0.06	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02
900	Кисель из повидла	200.00	8.42	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00
Обед																					
615	Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50	100.00	33.79	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.08	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	18.59	4.91	8.14	47.83	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.36	0.14	3.48	82.82	23.56	0.69	66.79	1.01	10.96	0.00
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.58	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	0.01	0.03	0.00
851	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
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
429	Салат из свеклы отварной М_52	100.00	4.62	1.35	6.08	7.87	91.05	0.02	0.04	9.60	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
711	Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	14.02	4.85	8.94	8.26	122.72	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.84	60.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01