



Утверждено:
Директор ООО «Комбинат питания»
М. В. Кудрявцев
Дата: 09.08.2022

Меню

Завтрак

№ блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	Zn	
401	Масло (горячим) М. 14	10.00	7.20	0.08	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
680	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	28.00	3.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
770	Каша гречневая рассыпчатая с маслом(с 3-7 лет)М179	200.00	8.87	11.24	8.88	58.20	334.59	0.27	0.15	0.00	0.03	0.77	0.07	18.93	298.41	177.63	5.57	346.81	2.99	5.22	0.02
724	Каша с молоком М. 282	200.00	8.71	3.97	3.42	28.08	143.03	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	118.20	31.00	0.88	205.38	6.00	2.00	0.03
610	Рблики (горячим)	100.00	9.27	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.05	10.00	8.00	2.00	1.00	278.01	3.05	0.30	0.05

Обед

№ блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	Zn	
736	чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	0.16	0.03	10.20	59.18	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
739	Салат из белокочанной капусты М. 45	100.00	3.50	1.48	5.08	8.88	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.95	16.43	0.54	236.70	2.87	0.26	0.01
883	Пюре картофельное 220/10 М. 312	230.00	16.75	6.46	11.09	28.95	253.45	0.20	0.17	7.51	0.24	0.31	0.20	55.15	120.98	40.50	1.45	548.88	12.37	1.63	0.01
715	Рапсовый салат Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	13.14	5.64	9.02	18.91	164.44	0.10	0.06	7.54	0.29	2.41	0.00	21.40	74.65	28.25	0.97	346.35	4.85	2.24	0.00
802	Плинт. тушеная в соусе М. 280	100.00	26.24	16.88	10.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.06	0.01	0.07	0.03	16.80	8.98	1.61	3.05	20.08	1.18	0.29	0.00
851	Хлеб парижский	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	86.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	0.64	0.47	0.00	0.06	0.00	0.00