



Утверждаю  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 М.Н. Федотова  
 Дата 25.06.2022

Меню

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

Завтрак

№ рецеп.	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 (МКГ)	I (МКГ)	Se	F
691	Макаронные отварные 230 гр М_309	230.00	8.59	9.05	8.82	49.20	296.03	0.08	0.03	0.00	0.03	1.25	0.10	6.03	58.48	10.49	1.23	105.33	1.18	0.07	0.00
688	Яблоки свежие порциями	100.00	9.27	0.40	0.40	9.90	45.00	0.03	0.02	0.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
589	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	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
608	Бутерброд с повидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.68	156.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.71	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	0.30	0.02	0.01	0.05	126.12	116.20	31.00	0.98	206.38	9.00	2.00	0.03

Обед

№ рецеп.	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 (МКГ)	I (МКГ)	Se	F
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	13.55	5.02	8.93	14.37	138.91	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.67	0.51	0.01
660	Плов из птицы 210гр	200.00	36.04	15.31	22.83	2.69	378.70	0.01	0.01	3.78	0.24	4.98	0.00	11.55	16.91	8.51	0.32	16.06	0.93	0.07	0.01
707	Компот из яблок М_348	200.00	10.12	0.36	0.00	28.08	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	50.00	3.06	3.40	0.65	20.35	122.50	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	23.70	7.05	0.58	0.00	0.00	0.00	0.00
736	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	3.92	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.98	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01