

Согласовано
Директор

Дата 18.02.2024



Утверждаю
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата 18.02.2024



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

Меню

Завтрак

№ рецепта	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 (мкг)	F
948	Запеканка творожная со сметанным соусом М_223 150гр	150.00	42.35	20.11	16.64	21.13	323.22	0.07	0.32	0.31	0.10	0.56	0.21	198.46	274.68	27.58	0.85	185.54	11.06	36.79	0.03
698	Яблоки свежие порциями	100.00	9.27	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
728	Чай с сахаром М_378	200.00	1.23	0.10	0.03	14.99	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
609	Бутерброд с повидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.86	0.00
569	Хлеб пшеничный	50.00	3.96	3.60	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00

Обед

№ рецепта	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 (мкг)	F
458	Суп крестьянский с крупой М_98	250.00	10.32	5.90	8.14	14.28	136.37	0.05	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.65	218.55	3.09	1.76	0.01
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	3.92	1.48	5.08	8.98	66.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
979	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом 50/50	100.00	29.65	9.92	12.16	11.69	180.74	0.01	0.01	0.67	0.03	1.46	0.00	10.19	6.68	3.67	0.16	31.08	1.16	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	13.98	4.91	8.14	47.83	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	58.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	4.34	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00