

Согласовано:
Директор



Дата "21" 01 2024



Утверждено:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н. Федотова
Дата "21" 01 2024



Меню

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 (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	17.50	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	99.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М_173	155.00	10.24	6.48	7.31	32.06	219.11	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.72	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	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	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
698	Яблски свежие порциями	100.00	10.23	0.40	0.40	9.60	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

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 (мкг)	F
476	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200.00	9.00	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.05	17.28	0.28	1.18	0.00	21.96	54.60	22.84	0.88	309.24	3.93	0.29	0.01
25	Винегрет овощной (67)	60.00	4.96	0.92	6.06	4.11	77.93	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.85	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	18.98	7.54	5.02	10.95	119.61	0.06	0.04	0.62	0.03	2.54	0.03	45.26	102.07	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	16.02	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
755	Компот из чернослива М_348	200.00	8.04	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
851	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

Полдник

№ 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 (мкг)	F
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.82	0.16	0.03	15.20	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
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.38	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.98	1.80	0.00
917	Запеканка из творога 130 г с молочным соусом	130.00	34.05	18.13	6.49	19.86	214.13	0.06	0.28	0.70	0.06	0.28	0.18	126.97	112.05	16.87	0.43	167.79	10.01	31.01	0.03