



Утверждаю:
 ООО "Комбинат питания"
 М.Н. Сидорова
 Дата: 29.06.2022 г.

Меню

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

Завтрак

№ порц.	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)	Se (мкг)	F	
991	Макаронные изделия 230 гр М_309	230.00	8.59	9.05	6.62	49.20	296.03	0.09	0.03	0.00	0.03	1.25	0.10	6.03	58.46	10.49	1.23	105.33	1.18	0.07	0.00
998	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
999	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	25.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
606	Бутерброд с пивидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.88	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.80	0.75	0.96	1.85	0.00
724	Каша с молоком М_382	200.00	8.71	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	6.00	2.00	0.03

Обед

№ порц.	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)	Se (мкг)	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	5.87	0.51	0.01
890	Плов из птицы 210гр	200.00	36.04	15.31	22.83	2.69	378.70	0.01	0.01	3.76	0.24	4.96	0.00	11.58	16.91	8.51	0.32	16.06	0.93	0.07	0.01
707	Компот из яблок 348	200.00	10.12	0.36	0.00	28.06	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	3.05	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
739	Салат из белокачанной капусты М_45	100.00	3.92	1.48	5.08	8.88	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	26.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01