



Утверждаю:
 ООО "Комбинат Питания"
 М.Н. Сидорова
 Дата: 21.02.2022

Меню

День: среда
 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)	Se (мкг)	F	
910	Яблоки свежие 100 г (д/ц)	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
949	Запеканка из творога со сгущ. молоком М. 223 15Q/20	170.00	54.08	25.40	19.83	35.33	425.95	0.09	0.44	0.55	0.11	0.68	0.16	297.44	368.53	39.44	0.94	202.44	12.87	44.40	0.04
738	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	0.16	0.03	15.20	59.16	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
800	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(Н/Т)	50.00	10.37	3.12	8.57	19.52	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.46	1.50	1.28	2.50	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	0.96	1.80	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)	Se (мкг)	F	
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М. 234	100.00	18.80	7.86	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00
25	Винегрет овощной (67)	100.00	8.27	1.54	10.11	6.86	129.88	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
478	Суп картофельный с жаренными маделинами М. 103	250.00	10.10	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.08	21.80	0.32	1.48	0.00	27.45	66.25	28.30	1.08	388.55	4.91	0.37	0.02
883	Гюре картофельное 220/10 М. 312	230.00	16.75	6.46	11.09	28.95	253.45	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.68	1.45	848.98	12.37	1.53	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	15.67	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	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	18.98	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00