



Утверждено  
 ООО «Комбинат питания»  
 М.И. Федотов  
 Дата: 21.06.2019

**Меню**

День: среда  
 Неделя: 1 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

**Завтрак**

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	F	
910	Рисовые овсяные 100 г (даль)	100.00	6.27	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.03	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	279.00	2.00	0.30	0.00
949	Валенка из творога со студ. молоком М. 223 150/20	170.00	54.08	20.40	19.83	35.33	425.95	0.09	0.44	0.55	0.11	0.98	0.18	297.44	389.53	39.44	0.94	202.44	12.37	44.40	0.04
136	Чай с лимоником М. 377	200.00	2.77	0.18	0.03	15.30	59.18	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	9.84	0.56	11.41	0.01	0.03	0.00
600	Булочка с маком сладочная 40/10(М1)	50.00	10.37	3.13	8.57	19.52	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.80	0.48	1.50	1.28	2.90	0.00
998	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	0.06	1.80	0.00

**Обед**

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	F	
732	Котлеты рыбные с соусом 50/30 М. 234	100.00	18.80	7.98	5.91	11.85	137.08	0.09	0.04	0.91	0.34	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	90.08	2.64	1.08	0.05
25	Вяленый свиной (57)	100.00	8.27	1.54	10.11	8.25	129.88	0.09	0.04	12.35	0.22	4.54	0.00	25.85	41.08	19.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
476	Суп картофельный с мясоронными макаронами М. 103	250.00	10.10	7.32	5.93	20.91	153.84	0.11	0.08	21.80	0.37	1.48	0.00	27.45	88.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.00
983	Пюре картофельное 220/10 М. 312	250.00	18.78	6.48	11.08	28.95	253.45	0.20	0.17	7.51	0.34	0.31	0.20	55.15	120.89	40.68	1.45	548.98	12.37	1.03	0.01
707	Компот из яблок 348	200.00	10.12	0.36	0.00	28.08	108.83	0.03	0.00	0.00	0.10	0.00	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	184.67	0.00	0.12	0.05
951	Хлеб бараночный	40.00	2.44	2.72	0.32	18.28	86.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.84	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00