



Дата: пятница
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

Меню



Утверждено
ООО "Комбиат Питания"
М.Н. Федосина
Дата: 07.03.2009

Завтрак

№ рецептуры блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	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	
879	Каша полбынная с маслом 200г10	210.00	18.05	9.40	11.55	37.09	297.69	0.03	0.13	1.30	0.06	0.10	0.20	121.18	92.07	13.80	0.12	147.50	6.00	2.10	0.02
887	Кофейный напиток с молоком 37g	200.00	5.19	3.30	2.73	24.96	148.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	148.00	0.05	2.00	0.02
503	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	36.00	5.80	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
866	Яблоко свежее порциями	100.00	5.27	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

Обед

№ рецептуры блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	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	
651	Хлеб Дерницкий	40.00	3.44	2.72	0.52	16.26	98.00	0.02	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
429	Салат из свежей отварной М 52	100.00	4.02	1.35	6.08	7.67	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.60	1.33	0.00	6.65	0.65	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М 103	250.00	10.26	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	26.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
862	Птица тушенная в соусе М 290	100.00	29.24	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.06	0.01	0.67	0.03	56.80	9.09	1.81	0.05	20.06	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассычатая 302	180.00	9.52	10.50	7.83	51.54	325.16	0.28	0.14	0.00	0.03	0.74	0.06	16.00	248.92	166.82	0.57	322.42	2.79	4.89	0.02
721	Компот из свежих яблок М 342	200.00	6.19	0.10	0.10	27.67	108.96	0.01	0.01	1.80	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00