



Согласовано:  
Директор

Дата 10.01.2025



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"

М.И. Федотова  
Дата 10.01.2025

Меню

Дата 10.01.2025

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

Завтрак

№ рец	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.74	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
998	Яблоки свежие	100.00	7.80	0.40	0.40	9.80	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (с 3-7 лет) №179	205.00	11.89	11.52	7.05	56.64	342.95	0.28	0.15	0.00	0.02	0.79	0.08	19.40	273.07	182.28	6.12	354.15	3.07	5.35	0.02
401	Масло (порциями) М_14	10.00	11.46	0.08	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	11.20	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	9.00	2.00	0.03

Обед

№ рец	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
998	Жаркое подомашнему (1) М_259	200.00	41.84	15.03	18.97	21.31	242.15	0.11	0.08	8.11	0.13	3.27	0.00	16.09	76.57	30.55	1.26	527.52	6.36	0.54	0.00
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.58	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
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.88	2.72	0.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.60	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
739	Салат из белокочанной калусты М_45	100.00	4.44	1.48	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
715	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	18.04	5.64	9.02	16.91	164.44	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	26.25	0.97	345.25	4.85	2.24	0.00