

Утверждаю:
Директор ООО "Объединит"
Дата 12.09.2015г.

Осенне-зимний сезон

		Остаток зимней сессии																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества										
				Кал.	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак	182 Каша полбяная молочная с маслом	260/250/10		351,13	11,47	12,62	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	124,35	17,33	0,14			
	379 Кофейный напиток с молоком	200	12,17	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	0,1			
	Каша пшеничная	40	3,04	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44			
	338 Яблоко с порциями	200	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1			
	Итого	600	59,41	637,63	18,09	15,85	99,94	0,15	7,03	0,09	0,54	288,98	238,35	38,93	1,68			
Обед	52 Салат из свеклы	100	5	89,85	1,85	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33			
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	18,54	121,95	2,82	2,29	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			
	103 Пюре тушеная с сметаной	100	29,64	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05			
	302 Каша гречневая рассыпчатая	200	28,33	359,92	13,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19			
	342 Компот из св. яблок	200	7,7	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4			
	Каша пшеничная	40	3,04	96	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Каша пшеничная	20	1,52	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22			
	Итого	910	93,75	939,87	35,03	18,24	126,58	0,45	32,76	0,36	6,18	107,36	411,87	238,65	9,27			
	103 Суп картофельный с макарон. изделиями с мясом	250/30	25,68	121,95	2,82	2,29	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			
	Итого	250/30	25,68	121,95	2,82	2,29	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			