Согласовано:
Директор
Дата 20.01 2025

Утверждаю:
Директор ООО "Комбинат питания"
М.Н.Федотова
Дата 20.01 2025

Меню

Дата 20.01 2025

День:понедельник
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	I (мкг)	Se (мкг)	F
999	Яблоки свежие	100.00	11.78	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
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
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М_173	210.00	22.25	8.74	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	10.99	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	60.00	5.62	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.06	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.60	0.00

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	I (мкг)	Se (мкг)	F
622	Котлета "Аппетитная" с томатным соусом 50/50у	100.00	34.79	9.70	8.78	11.92	144.73	0.05	0.06	7.45	0.09	1.85	0.00	22.41	83.73	21.23	1.50	108.64	3.35	0.77	0.02
870	Макароны отварные М_309 200 гр	200.00	11.98	8.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.19	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
951	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	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	6.18	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
726	Суп картофельный с горохом М_102	250.00	13.16	8.32	8.29	19.53	173.07	0.23	0.06	10.57	0.25	2.41	0.00	29.38	86.95	34.65	2.02	230.75	4.39	2.89	0.00