



Согласовано  
Директор  
Дата 21.01.2025



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.Н. Федотов  
Дата 21.01.2025

Меню

Дата 21.01.2025

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

Завтрак

№ рецеп	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
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
926	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом 260 (250/10)	260.00	25.40	9.64	14.82	39.92	329.18	0.22	0.20	1.61	0.06	0.96	0.21	177.49	288.80	88.15	2.07	182.54	13.54	16.16	0.02
609	Бутерброд с повидлом	55.00	12.92	2.40	4.36	27.66	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.03
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	1.26	2.40	0.00

Обед

№ рецеп	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
974	Тефтели рубленые с соусом сметанный с томатом 60/50	110.00	31.12	7.59	9.32	8.91	156.77	0.03	0.06	0.00	0.03	3.04	0.00	18.04	79.21	13.62	1.16	187.68	4.59	1.36	0.02
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	12.62	10.50	7.83	51.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	18.06	248.92	165.82	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02
736	Чай с лимоном М 377	200.00	2.86	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	60.00	4.32	4.08	0.76	24.42	147.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.36	28.20	8.48	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
436	Салат из моркови с яблоками М 59	100.00	6.18	1.07	0.17	9.30	50.58	0.05	0.06	4.75	1.50	0.40	0.00	22.75	43.25	29.00	0.77	69.50	4.25	0.15	0.04
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	15.94	4.96	8.92	14.42	138.84	0.05	0.05	10.56	0.25	2.46	0.00	39.65	57.12	26.52	1.21	177.33	5.84	0.52	0.01