

Согласовано

Директор

на 05 февраля 2025г.

Утверждаю

Директор ООО "Сундырь"

Голышникова С.В.



Меню

День: среда

Неделя: вторая

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	
717	Каша молочная пшенная с маслом	210.00	22.90	8.74	12.49	43.87	320.30	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	
569	Хлеб пшеничный	40.00	4.80	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	
605	Груша	100.00	26.00	0.40	0.30	9.50	42.00	0.02	0.03	5.00	0.00	0.40	0.00	19.00	16.00	12.00	2.30	155.00	1.00	0.10	0.01	
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.39	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	0.00
402	Сыр	30.00	27.84	6.90	7.17	0.00	108.00	0.01	0.09	0.21	0.08	0.15	0.29	264.00	150.00	10.50	0.30	26.40	0.00	4.35	0.00	

87293

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
731	Салат из квашенной капусты	100.00	15.67	1.60	4.99	7.68	83.39	0.02	0.02	25.30	0.00	2.30	0.00	41.98	30.91	14.36	0.57	14.60	0.30	0.05	0.00
755	Компот из чернослива	200.00	8.05	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
851	Хлеб Цивильный	50.00	3.90	3.40	0.65	20.35	122.50	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	23.70	7.05	0.58	0.00	0.00	0.00	0.00
611	Плов из филе птицы	250.00	50.87	20.82	25.96	64.26	468.37	0.08	0.04	7.01	0.33	6.22	0.00	22.66	116.73	41.97	1.11	72.61	2.18	10.59	0.01
817	Суп картофельный с вермишелью	250.00	13.39	6.28	5.74	22.74	148.68	0.11	0.06	14.85	0.28	1.38	0.00	15.20	63.50	24.05	0.98	346.55	4.70	0.36	0.00

Директор: Голышникова С.В. 91288

Повар: 179281

№	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
731	Салат из квашенной капусты	100.00	15.67	1.60	4.99	7.68	83.39	0.02	0.02	25.30	0.00	2.30	0.00	41.98	30.91	14.36	0.57	14.60	0.30	0.05	0.00
755	Компот из чернослива	200.00	8.05	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
851	Хлеб Цивильный	50.00	3.90	3.40	0.65	20.35	122.50	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	23.70	7.05	0.58	0.00	0.00	0.00	0.00
611	Плов из филе птицы	250.00	50.87	20.82	25.96	64.26	468.37	0.08	0.04	7.01	0.33	6.22	0.00	22.66	116.73	41.97	1.11	72.61	2.18	10.59	0.01
817	Суп картофельный с вермишелью	250.00	13.39	6.28	5.74	22.74	148.68	0.11	0.06	14.85	0.28	1.38	0.00	15.20	63.50	24.05	0.98	346.55	4.70	0.36	0.00

Директор: Голышникова С.В.