



Утверждаю: ген. директор
ООО "Комбинат питания № 1"
Н. С. Зубавленко

Меню на 31.03.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,92	5,98	29,20	194,40
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	8,27	6,85	65,92	343,20
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
Салат картофельный с огурцами солеными	50	0,85	2,65	5,25	48,00
Суп картофельный с бобовыми	180	1,66	3,06	10,89	77,76
Котлеты рубленные из птицы	70	13,09	0,21	10,89	120,17
Макаронные изделия отварные	130	4,90	0,59	25,17	125,58
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Обед	680	24,30	7,11	96,20	572,01
Полдник					
Чай с молоком	200	1,5	1,30	15,90	81,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
Итого за Полдник	250	5,75	3,63	45,32	236,83
Ужин					
Рагу из овощей	200	4,84	13,70	20,52	224,46
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	10,04	14,10	74,12	463,96
Итого за день	1 960	49,26	31,69	281,56	1 715,00