



Утверждаю: ген. директор
ООО "Комбинат питания № 1"

Н.С. Зубавленко
ПИТАНИЕ
№ 1

Меню на 12.05.2025г

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 гречневая с сахаром	160	5,95	8,37	21,19	183,95
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	8,30	9,24	57,91	332,75
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					
Овощи натуральные соленные	50	0,40	0,05	0,85	6,50
Суп лапша домашняя	180	1,84	4,01	10,00	79,92
Гуляш из говядины	70	20,60	22,00	4,20	297,00
Пюре из гороха	130	13,63	1,35	27,12	162,96
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	40,27	28,01	86,17	746,88
Полдник					
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
Итого за Полдник	250	4,35	2,33	44,42	215,83
Ужин					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,22	15,98	176,00
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	10,90	5,62	69,58	415,50
Итого за день	1 960	64,72	45,20	258,08	1 809,96