



ООО «Калужская продовольственная компания»  
И.И. Крапина

Примерное меню

Наименование	Выход, г	Номер рецептуры по сборнику	Содержание веществ, г			Энерг. Ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества														
			белки	жиры	углеводы		A	E	C	В1	Fe	Ca	Mg	P										
Неделя первая День первый																								
Суп картофельный с горохом	1/250	102	5,49	5,27	16,53	148,25	0,00	2,4	5,82	0,22	2,05	42,67	35,57	88,10										
Хлеб	1/50		3,95	0,5	24,15	116,9	0,00	0,6	0,00	0,05	0,55	11,5	16,5	43,5										
Чай с сахаром	1/200	376	0,2	0,00	14,00	56,0	0,00	0,0	0,00	0,00	0,8	12,0	6,0	8,0										
Итого:	750																							
День второй																								
Борщ с капустой и картофелем	1/250	82	1,80	4,92	10,93	103,75	0,00	2,4	10,67	0,05	1,22	49,7	26,12	54,6										
Борщ с капустой и картофелем	1/250	82	1,80	4,92	10,93	103,75	0,00	2,4	10,67	0,05	1,2	49,7	26,1	54,6										
Хлеб	1/50		3,95	0,5	24,15	116,9	0,00	0,6	0,00	0,05	0,55	11,5	16,5	43,5										
Чай с сахаром	1/200	349	0,66	0,09	32,01	132,8	0,00	0,5	18,15	0,01	0,69	32,48	17,46	23,44										
Итого:	750																							
День третий																								
Рассольник Ленинградский	1/250	96	2,02	5,09	11,98	107,25	0,00	2,3	8,37	0,09	0,93	29,15	21,17	56,72										
Хлеб	1/50		3,95	0,5	24,15	116,9	0,00	0,6	0,00	0,05	0,55	11,5	16,5	43,5										
Чай с сахаром	1/200	376	0,2	0,00	14,00	56,0	0,00	0,0	0,00	0,00	0,8	12,0	6,0	8,0										
Итого:	750																							
День четвертый																								
Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	88	1,76	4,95	7,90	89,75	0,00	2,3	15,77	0,06	0,83	49,25	22,12	49,0										