

Согласовано  
Директор  
Дата 11 сентября 2023



Меню

День: понедельник  
Неделя:  
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	I (мкг)	Se (мкг)	F
696	Яблоки свежие порциями	100.00	10.74	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	6.00	2.00	1.00	276.00	2.00	0.30	0.00
392	Бутерброд с сыром	50.00	14.02	5.77	7.95	14.62	152.90	0.04	0.05	0.10	0.05	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.45	13.95	0.96	4.03	0.00
723	Каша молочная рисовая с маслом М. 174	210.00	16.29	6.10	11.38	36.10	291.26	0.06	0.15	1.30	0.06	0.28	0.20	124.66	157.44	25.84	0.55	181.36	9.62	8.74	0.02
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.42	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
724	Какао с молоком М. 322	200.00	8.47	3.97	3.42	36.06	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

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	I (мкг)	Se (мкг)	F
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.26	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
429	Салат из свежих отаарной М. 52	100.00	3.73	1.35	6.08	7.67	89.85	0.02	0.04	9.50	0.00	2.72	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
726	Суп картофельный с горохом М. 102	250.00	3.54	5.13	5.33	19.50	146.29	0.23	0.07	13.70	0.27	2.45	0.00	34.72	87.98	36.42	2.05	247.10	4.43	2.88	0.01
708	Виточки рубленые с соусом 50/50 М. 289	120.00	36.57	12.84	6.76	13.86	152.68	0.08	0.13	1.78	0.02	0.30	0.03	35.86	134.75	21.17	1.66	172.99	6.52	1.20	0.03
740	Калуста тушеная М. 321	230.00	17.11	4.60	6.16	21.79	196.17	0.06	0.09	39.47	0.16	0.51	0.12	129.01	93.62	46.80	1.93	908.75	8.45	1.09	0.03
710	Компот из кураги М. 345	200.00	7.24	1.08	0.00	31.33	124.16	0.02	0.04	0.83	0.12	1.54	0.00	33.08	30.19	21.71	0.66	353.77	0.70	0.45	0.00