

Согласовано:
Директор

Дата "19" сентября 2023



Меню

День: вторник
Неделя:
Сезон:
Возрастная группа: 3 - 7 лет

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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
922	Каша рисовая вязкая с маслом д/ш 200/5	205.00	13.31	6.10	7.24	39.71	246.64	0.06	0.14	1.29	0.04	0.23	0.12	122.38	156.53	36.00	0.55	179.94	9.54	8.82	0.02
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.13	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
322	Какао с молоком	180.00	7.40	3.78	3.34	16.04	102.70	0.05	0.17	1.43	0.02	0.01	0.05	134.56	112.10	23.90	0.55	190.78	9.90	2.20	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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
827	Салат из свеклы 50г(с3-7 лет)№34	50.00	1.86	0.68	3.04	3.93	44.92	0.01	0.02	4.75	0.00	1.37	0.00	17.58	20.42	10.45	0.66	0.00	3.33	0.33	0.00
774	Щи из свежей капусты 180гр № 72(д/ш)	180.00	2.79	1.28	3.87	4.52	58.79	0.02	0.03	16.64	0.15	1.72	0.01	31.93	27.54	12.46	0.44	168.37	2.44	0.32	0.01
775	Котлеты рубленые с соусом 60/15 (с1-3 лет) №299	75.00	27.10	6.24	16.21	10.28	207.62	3.59	0.07	0.02	0.02	0.37	0.07	10.51	79.38	13.62	1.03	81.42	3.61	0.78	0.31
852	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 120/5	130.00	7.45	7.45	5.62	36.56	230.41	0.18	0.10	0.00	0.02	0.53	0.07	12.83	176.63	117.65	3.95	228.77	1.98	3.47	0.01
900	Кисель из повидла	180.00	3.97	0.06	0.00	26.03	98.83	0.00	0.00	0.07	0.00	0.00	0.00	4.55	4.82	1.15	0.19	63.06	0.00	0.07	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.13	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
851	Хлеб Дарницкий	30.00	1.77	2.04	0.39	12.21	73.50	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.15	14.22	4.23	0.35	0.00	0.00	0.00	0.00

Полдник

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
913	Запеканка из творога 150 г с молочным соусом	150.00	37.79	20.86	7.05	22.89	239.79	0.07	0.30	0.81	0.06	0.32	0.21	146.47	129.18	19.52	0.49	189.31	11.53	35.67	0.04
567	Молоко кипяченое М_385	180.00	9.99	5.29	4.80	8.82	87.05	0.07	0.27	2.34	0.04	0.00	0.09	216.00	162.00	25.20	0.18	262.80	16.20	3.60	0.04
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.07	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00
605	Груша порциями	100.00	27.33	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

Согласовано:
Директор

Дата "19" сентября 2023



Меню

День: вторник
Неделя:
Сезон:
Возрастная группа: 7 - 11 лет

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 (мкг)	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
718	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом М_173	210.00	13.67	7.84	13.56	32.78	280.90	0.18	0.16	1.30	0.06	0.80	0.20	143.83	234.95	70.05	1.69	147.50	10.94	14.82	0.02
569	Хлеб пшеничный	40.00	2.84	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
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.47	3.97	3.42	26.08	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
609	Бутерброд с повидлом	55.00	6.17	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00

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 (мкг)	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
25	Винегрет овощной (67)	60.00	5.15	0.80	6.06	4.11	74.60	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	66.69	1.83	0.16	0.00
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	4.96	1.57	4.87	10.71	90.04	0.04	0.04	9.88	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.54	0.38	0.01
743	Тефтели рубленные с соусом 60/50 М_279	110.00	29.63	7.47	8.37	8.05	139.10	0.03	0.06	0.00	0.02	2.86	0.03	18.26	78.60	13.66	1.14	175.16	4.57	1.28	0.02
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/5 М_302	155.00	8.51	8.68	6.31	42.64	266.46	0.21	0.11	0.00	0.02	0.61	0.08	14.90	205.90	137.20	4.61	266.75	2.31	4.04	0.01
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	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
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	7.23	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Согласовано:
Директор

Дата "19" сентября 2023



Меню

День: вторник

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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
609	Бутерброд с повидлом	55.00	6.17	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00
928	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом 260 (250/10)	260.00	15.43	9.64	14.82	39.92	327.20	0.22	0.20	1.61	0.06	0.96	0.21	177.49	288.80	86.15	2.07	182.54	13.54	18.19	0.02
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.47	3.97	3.42	26.08	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	2.84	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

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
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	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
25	Винегрет овощной (67)	100.00	8.59	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	6.58	2.04	5.96	14.37	114.89	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
743	Тефтели рубленые с соусом 60/50 М_279	110.00	29.63	7.47	8.37	8.05	139.10	0.03	0.06	0.00	0.02	2.86	0.03	18.26	78.60	13.66	1.14	175.16	4.57	1.28	0.02
704	Каша гречневая рассыпчатая _302	210.00	12.17	12.25	9.13	60.12	377.91	0.30	0.16	0.00	0.03	0.86	0.11	21.07	290.40	193.45	6.50	376.16	3.26	5.70	0.02
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	7.23	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00