

Меню на 25 сентября 2023 г.

День: понедельник

Неделя: вторая

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 | | В1 | В2 | С | А | Е | D(мкг) | Ca | P | Mg | Fe | К | I(мкг) | Se(мкг) | F | |
| 750 | Каша молочная рисовая 150/5 М_174 | 155.00 | 10.35 | 4.55 | 6.47 | 29.05 | 191.33 | 0.04 | 0.11 | 0.97 | 0.04 | 0.18 | 0.11 | 92.91 | 117.33 | 26.73 | 0.41 | 135.66 | 7.21 | 6.53 | 0.01 | |
| 724 | Какао с молоком М_382 | 200.00 | 9.32 | 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 | |
| 392 | Бутерброд с сыром | 50.00 | 15.48 | 5.77 | 7.95 | 14.62 | 162.80 | 0.04 | 0.06 | 0.10 | 0.06 | 0.16 | 0.22 | 139.20 | 96.00 | 9.45 | 0.49 | 13.95 | 0.96 | 4.03 | 0.00 | |
| 698 | Яблоки свежие порциями | 100.00 | 9.27 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 45.00 | 0.03 | 0.02 | 4.00 | 0.01 | 0.40 | 0.00 | 10.00 | 8.00 | 2.00 | 1.00 | 278.00 | 2.00 | 0.30 | 0.00 | |
| 569 | Хлеб пшеничный | 20.00 | 1.83 | 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 | |
| Итого 46 руб. 25 коп. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | К | I(мкг) | Se(мкг) | F | |
| 443 | Салат из моркови с изюмом М_66 | 60.00 | 4.52 | 0.73 | 0.05 | 13.22 | 54.52 | 0.04 | 0.04 | 3.45 | 0.90 | 0.22 | 0.00 | 18.63 | 33.92 | 20.23 | 0.53 | 59.67 | 2.25 | 0.10 | 0.04 | |
| 726 | Суп картофельный с горохом М_102 | 200.00 | 8.93 | 6.69 | 6.77 | 15.60 | 132.79 | 0.18 | 0.05 | 10.98 | 0.22 | 1.96 | 0.00 | 27.78 | 70.30 | 29.14 | 1.64 | 197.68 | 3.54 | 2.31 | 0.01 | |
| 708 | Биточки рубленые с соусом 50/50_269 | 100.00 | 36.33 | 9.55 | 9.54 | 11.51 | 165.60 | 1.39 | 0.10 | 1.18 | 0.02 | 0.27 | 0.03 | 29.07 | 110.84 | 17.91 | 1.55 | 169.66 | 5.83 | 1.00 | 0.13 | |
| 874 | Рис отварной 200 гр М_304 | 180.00 | 11.20 | 4.42 | 7.32 | 43.04 | 240.21 | 0.03 | 0.03 | 0.00 | 0.03 | 0.34 | 0.12 | 3.14 | 74.36 | 23.00 | 0.63 | 51.11 | 0.91 | 9.87 | 0.00 | |
| 710 | Компот из кураги_348 | 200.00 | 12.16 | 1.08 | 0.00 | 31.33 | 124.18 | 0.02 | 0.04 | 0.83 | 0.12 | 1.14 | 0.00 | 33.08 | 30.19 | 21.71 | 0.66 | 353.77 | 0.70 | 0.45 | 0.00 | |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 40.00 | 2.37 | 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 | |
| Итого 75 руб. 51 коп. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |