

## 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 |  |
| <b>Итого 46 руб. 25 коп.</b> |                                     |               |         |                 |      |          |                        |              |      |       |      |      |        |                      |        |       |      |        |        |         |      |  |
| 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 |  |
| <b>Итого 75 руб. 51 коп.</b> |                                     |               |         |                 |      |          |                        |              |      |       |      |      |        |                      |        |       |      |        |        |         |      |  |