

Согласовано
Директор
Дата: 08 октября 2023г.



Утверждаю
М.Н. Федотов
Дата: 08 октября 2023г.

Меню

День: понедельник
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецепта	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)	Se (мкг)	F	
392	Бутерброд с сыром	50.00	14.19	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
750	Каша молочная рисовая 150/5 М 174	155.00	10.69	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
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.54	1.52	0.16	9.72	47.80	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
698	Яблоки свежие порциями	100.00	8.18	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.60	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	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

Обед

№ рецепта	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)	Se (мкг)	F	
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	10.28	11.66	8.70	57.26	359.91	0.28	0.16	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	6.19	358.25	3.10	5.43	0.02
477	Суп картофельный с бобовыми М 102	200.00	8.24	6.65	6.77	15.64	132.87	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.88	1.81	181.68	3.46	2.31	0.00
443	Салат из моркови с изюмом М 66	100.00	8.47	12.22	0.08	220.48	908.70	0.06	0.00	67.50	1.5	0.33	0.00	310.56	565.40	337.20	0.88	904.59	37.5	0.66	0.06
706	Биточки рубленые с соусом 50/50 269	120.00	41.45	11.46	11.45	13.81	198.72	1.67	0.12	1.42	0.02	0.32	0.03	34.88	133.00	21.49	1.86	203.60	8.99	1.20	0.15
710	Компот из зурати 348	200.00	6.08	1.06	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	2.36	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