

Согласовано:  
Директор

Дата "02" октября 2023г



Утверждаю:  
М.Н. Федотова  
Дата: 02 октября 2023г

### Меню

День понедельник  
Неделя: *Индия*

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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
605	Груша порциями	100.00	24.67	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
402	Сыр (порциями) М_15	25.00	14.80	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М_173	155.00	9.18	6.48	7.31	32.06	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	8.82	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.54	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

#### 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
477	Суп картофельный с бобовыми М_102	200.00	8.24	6.04	6.65	15.64	129.09	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.86	1.61	181.68	3.46	2.31	0.00
739	Салат из белокочанной капусты М_45	60.00	2.08	0.89	3.05	5.39	51.64	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
738	Котлеты рубленые с томатным соусом 50/50 М_269	100.00	34.76	8.36	10.48	11.92	172.94	1.12	0.08	7.45	0.09	1.79	0.00	23.16	101.05	23.76	1.69	129.04	4.14	0.77	0.10
871	Макароны отварные М_309 150 гр	200.00	8.16	7.19	6.24	43.19	262.49	0.07	0.03	0.00	0.03	1.11	0.10	5.42	51.46	9.21	1.08	92.52	1.04	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.34	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	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