

Согласовано

Директор

на 11 октября 2023г.

Утверждаю

директор ООО "Сундырь"

Николаева М.А.



Меню

День: среда

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	I (мкг)	Se (мкг)	F
401	Масло (порциями) М_14	10.00	6.36	0.08	8.25	0.08	74.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М_173	210.00	14.73	8.74	12.49	43.87	320.30	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.61	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
605	Груша порциями	100.00	24.53	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
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.35	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

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
612	Котлеты рыбные соусом 50/50 М_234	50.00	31.51	16.43	11.49	9.76	179.64	0.01	0.01	0.48	0.01	2.31	0.03	8.64	8.44	2.57	0.11	18.55	1.16	0.20	0.00
731	Салат из квашенной капусты М_47	150.00	20.40	2.40	7.49	11.52	125.08	0.03	0.03	37.95	0.00	3.45	0.00	62.97	46.37	21.54	0.85	21.90	0.45	0.08	0.00
485	Суп с макаронными изделиями М_111	250.00	8.08	4.78	8.02	15.66	131.12	0.04	0.02	0.94	0.20	2.57	0.00	9.90	29.75	9.09	0.50	41.00	1.10	0.06	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	230.00	13.56	4.88	12.59	30.29	253.42	0.21	0.18	7.96	0.26	0.33	0.22	57.94	126.86	42.55	1.52	888.20	12.94	1.61	0.01
755	Компот из чернослива М_348	200.00	7.15	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
851	Хлеб Дарницкий	50.00	3.66	3.40	0.65	20.35	122.50	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	23.70	7.05	0.58	0.00	0.00	0.00	0.00

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____