



Согласовано  
Директор

Дата: 12 октября 2023г



Утверждаю:  
М.Н. Федотова  
Дата: 12 октября 2023г

Меню

День: четверг  
Неделя: 2 неделя  
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 (мкг)	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	8.30	2.36	8.49	14.66	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.16	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
882	Макаронь отварные с сыром 150 гр М_204	155.00	17.52	9.18	9.22	27.69	233.83	0.05	0.06	0.14	0.07	0.83	0.27	65.05	110.05	12.14	0.87	78.41	0.68	2.95	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	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
729	Яйцо вареное М_209	40.00	8.28	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	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	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	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 (мкг)	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.60	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.90	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
663	Плов из птицы М_291	200.00	39.15	13.61	21.88	40.44	261.04	0.05	0.03	3.68	0.24	4.73	0.00	17.05	88.72	31.44	0.81	55.41	1.64	8.07	0.01
730	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
458	Суп крестьянский с крупой М_98	200.00	8.50	4.28	6.52	11.42	103.13	0.04	0.03	14.40	0.18	1.88	0.00	18.80	40.08	16.60	0.52	174.84	2.47	1.41	0.01
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	98.80	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