

Согласовано  
Директор

Дата: 15 сентября 2023



Меню

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
402	Сыр (порциями) М_15	25.00	14.80	5.75	5.67	0.00	90.00	0.01	0.06	0.17	0.08	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
741	Каша молочная пшеница 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	0.18	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.86	0.01
587	Кофейный напиток с молоком 376	200.00	8.91	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.06	120.00	90.00	14.00	0.10	148.00	6.00	2.00	0.02
585	Хлеб пшеничный	20.00	1.42	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
505	мясные порциями	100.00	27.30	0.80	0.30	8.10	40.00	0.06	0.03	38.00	0.01	0.20	0.00	35.00	17.00	11.00	0.10	195.00	0.30	0.10	0.18

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
736	Салат из белокачанной капусты М_45	80.00	2.08	0.89	3.05	5.39	51.84	0.02	0.02	21.80	0.12	1.38	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
728	Суп картофельный с горохом М_102	200.00	2.63	4.11	4.27	15.80	118.63	0.18	0.05	10.88	0.22	1.96	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.88	3.54	2.31	0.01
736	Котлеты рубленные с томатным соусом 50/50 М_269	100.00	34.83	8.36	10.48	11.92	172.94	1.12	0.08	7.45	0.06	1.79	0.00	23.18	101.05	23.76	1.69	129.04	4.14	0.77	0.10
871	Макароны отварные М_306 150 гр	200.00	6.92	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	92.62	1.04	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым соусом	200.00	6.94	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 Дерницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	96.00	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