

Согласовано
Директор

Дата: 21 сентября 2023



День: сентябрь

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: Взрослые и старше



Меню

Завтрак

№ блюда	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	60.00	14.02	5.77	7.85	14.82	182.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	136.20	96.00	9.45	0.49	13.26	0.96	4.03	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	2.84	3.04	0.32	19.44	96.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.80	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250г/0 М 175	260.00	16.21	7.50	12.45	40.84	301.32	0.12	0.17	1.83	0.05	0.24	0.21	156.37	192.64	44.64	0.80	241.94	12.52	6.79	0.02
728	Чай с сахаром М 376	200.00	1.57	0.10	0.03	14.99	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Обед

№ блюда	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	
426	Салат из свеклы отварной М 52	100.00	3.73	1.35	6.05	7.87	69.05	0.02	0.04	8.50	0.00	2.72	0.00	36.15	40.85	20.80	1.30	0.00	6.85	0.00	0.00
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250г/5	255.00	4.09	1.85	5.94	8.26	98.12	0.06	0.05	21.89	0.25	2.37	0.00	38.64	50.05	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01
708	Биточки рубленные с соусом 50/50 289	120.00	41.38	11.46	11.45	13.81	198.72	1.87	0.12	1.42	0.02	0.32	0.03	34.88	135.00	21.48	1.88	203.80	6.89	1.20	0.15
592	Макаронные изделия отварные М 309	200.00	7.02	7.05	6.50	42.30	260.59	0.07	0.03	0.00	0.03	1.09	0.10	5.42	50.54	9.02	1.08	80.88	1.02	0.07	0.00
712	Компот из чернослива 348	200.00	6.35	0.34	0.00	23.85	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.15	0.45	126.39	0.08	0.04	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	1.87	2.82	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00