



Согласовано  
Директор

Дата: 15.11.2023

*О.С. Кушнев*



Утверждаю  
Директор  
И.С. Федотова  
Дата: 16.11.2023г.

### Меню

День: среда  
Неделя: 1 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 (мкг)	Se (мкг)	F		
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.25	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
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	0.00	8.00	26.00	5.80	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	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	0.00
401	Масло (порциями) М_14	10.00	6.60	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	0.00
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М_223	220.00	71.13	32.67	24.62	46.51	539.46	0.11	0.58	0.75	0.13	0.84	0.22	390.86	479.66	61.61	1.20	252.25	16.37	56.75	0.05	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 (мкг)	Se (мкг)	F	
707	Комлот из изюма_348	200.00	7.60	0.36	0.00	28.08	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	50.00	2.95	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
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100.00	8.94	1.22	0.08	22.04	90.87	0.06	0.06	5.76	1.50	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.88	99.45	3.76	0.16	0.06
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	11.14	6.41	5.93	20.91	140.75	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.00	1.08	388.55	4.91	0.37	0.02
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	18.74	7.23	5.02	10.95	118.76	0.08	0.04	0.62	0.03	2.54	0.03	45.28	102.07	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
883	Пюре картофельное 220/10 М_312	230.00	15.58	4.65	11.09	28.95	234.16	0.20	0.17	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.68	1.45	848.98	12.37	1.63	0.01