

Согласовано
Директор



Дата: 202



День: вторник(2)
Неделя:
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше



Меню

Завтрак

№ рецепта	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
751	Залезанка творожная со сметанным соусом М. 223	215.00	56.32	28.75	21.95	23.41	409.50	0.09	0.46	0.47	0.13	0.65	0.32	290.25	397.38	39.10	1.11	214.86	16.04	51.93	0.06
728	Чай с сахаром М. 375	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
909	Бутерброд с повидлом	55.00	6.17	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	2.84	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	7.80	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.19	0.00	0.10	0.74	0.88	22.00	78.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.28	0.00

Обед

№ рецепта	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
25	Винегрет овощной (67)	100.00	8.59	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250г	255.00	6.58	2.04	5.96	14.37	114.89	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50*50	100.00	17.75	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.68	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200.00	13.23	4.91	8.14	47.83	266.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.59	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200.00	7.23	0.57	0.00	32.21	126.05	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
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	98.00	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