

Согласовано  
Директор

Дата

День

Неделя

Сезон

Возрастная группа 12 лет и старше



### Меню

#### Завтрак

№ рецеп.	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	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
698	Яйцо свежее (порция)	100,00	8,18	0,40	0,40	9,80	45,00	0,03	0,02	4,00	0,01	0,40	0,08	10,00	0,00	2,00	1,00	278,00	2,00	0,00	0,00
401	Масло (порция) М. 14	10,00	8,60	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	0,00	1,50	0,00	10,10	0,00
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М. 112	210,00	14,68	8,74	12,48	43,87	320,30	0,18	0,15	1,30	0,08	0,25	0,20	134,54	207,40	54,94	1,48	245,00	11,25	3,45	0,00
591	Чай с фруктовым вкусом	200,00	6,34	0,54	0,10	8,58	30,50	0,00	0,00	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
509	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	5,80	0,44	0,00	1,26	2,40	0,00

#### Обед

№ рецеп.	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	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
851	Хлеб Деряжский	50,00	2,95	3,40	0,65	20,35	122,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,25	23,70	7,05	0,58	0,00	2,00	0,00	0,00
739	Салат из белокочанной капусты М. 45	150,00	5,25	2,22	7,62	13,48	129,11	0,04	0,05	54,01	0,31	1,48	0,00	80,88	44,94	24,64	0,82	365,06	4,30	0,37	0,00
485	Суп с макаронными изделиями М. 111	260,00	10,17	5,91	8,24	11,08	138,11	0,04	0,02	1,44	0,22	2,57	0,20	9,00	29,75	9,09	0,50	41,00	1,10	0,06	0,00
732	Котлеты рыбные с соусом 80/50 М. 204	100,00	18,74	7,23	5,02	10,95	118,76	0,06	0,04	0,62	0,03	2,54	0,03	45,26	102,07	8,82	0,40	37,53	2,52	1,00	0,00
706	Пюре картофельное 200гр. 312	230,00	11,12	4,38	12,59	30,29	265,42	0,21	0,18	1,96	0,28	0,33	0,30	0,04	126,86	42,55	1,52	866,20	17,04	1,61	0,01
755	Компот из чернослав М. 345	250,00	5,45	0,34	0,00	23,65	90,51	0,00	0,01	0,45	0,00	0,21	0,00	11,84	12,33	15,16	0,46	128,28	0,08	0,04	0,00