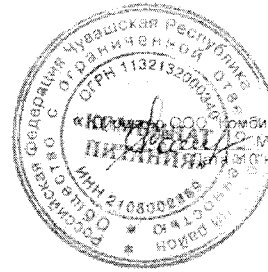
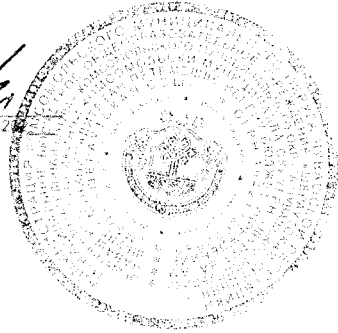


Согласовано
Директор

Дата



Утверждаю
М.П. Федотова
18 ноября 2023г.

Меню

День: пятница
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

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		В1	В2	С	А	Е	С (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (МКГ)	Se (МКГ)	Ф	
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
903	Каша пшеничная с маслом 250/10 №173	260.00	17.72	11.73	12.89	48.35	351.13	0.04	0.18	1.83	0.06	1.00	0.21	150.88	114.35	17.33	0.14	184.00	11.25	2.60	0.02
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	8.73	3.30	2.73	24.98	146.30	0.04	0.18	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
669	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	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	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		В1	В2	С	А	Е	С (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (МКГ)	Se (МКГ)	Ф	
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	16.98	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
429	Салат из свежих овощей отварной М_52	100.00	3.81	1.35	6.08	7.67	89.65	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	36.15	40.85	20.90	1.33	0.00	5.66	0.66	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	11.14	6.11	5.93	20.91	140.02	0.11	0.08	21.80	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.03	386.55	4.91	0.37	0.02
682	Птица тушенная в соусе М_299	100.00	32.89	10.30	15.00	2.45	92.48	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.68	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая овсянчатая М_302	200.00	11.22	11.66	8.70	67.26	358.91	0.26	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	8.19	358.25	3.10	5.43	0.02
721	Компот из свежих яблок М_342	200.00	5.91	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00