

Согласовано
Директор



Дата 20.11.2023



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 | | В1 | В2 | С | А | Е | Д (Мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (Мкг) | I (Мкг) | Se (Мкг) | F |
| 392 | Бутерброд с сыром | 50,00 | 17,10 | 5,77 | 7,95 | 14,82 | 162,80 | 0,04 | 0,06 | 0,10 | 0,06 | 0,18 | 0,22 | 139,20 | 96,00 | 9,45 | 0,49 | 13,95 | 0,96 | 4,03 | 0,00 |
| 750 | Каша молочная рисовая 150/6 М_174 | 155,00 | 11,12 | 4,55 | 8,47 | 29,05 | 191,33 | 0,04 | 0,11 | 0,97 | 0,04 | 0,18 | 0,11 | 92,91 | 117,33 | 26,73 | 0,41 | 135,66 | 7,21 | 6,53 | 0,01 |
| 724 | Какао с молоком М_382 | 200,00 | 8,37 | 3,97 | 3,42 | 26,08 | 143,00 | 0,04 | 0,16 | 1,30 | 0,02 | 0,01 | 0,05 | 125,12 | 116,20 | 31,00 | 0,98 | 205,36 | 9,00 | 2,00 | 0,03 |
| 689 | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,54 | 1,52 | 0,18 | 9,72 | 47,60 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 | 0,00 | 0,64 | 1,20 | 0,00 |
| 698 | Яблоки свежие порциями | 100,00 | 9,55 | 0,40 | 0,40 | 9,60 | 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 |

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 | Д (Мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (Мкг) | I (Мкг) | Se (Мкг) | F |
| 704 | Каша гречневая рассыпчатая 302 | 200,00 | 11,22 | 11,66 | 8,70 | 57,26 | 359,91 | 0,26 | 0,15 | 0,00 | 0,03 | 0,82 | 0,10 | 20,07 | 278,58 | 184,24 | 6,19 | 358,25 | 3,10 | 5,43 | 0,02 |
| 710 | Комлот из курати 348 | 200,00 | 8,48 | 1,08 | 0,00 | 31,33 | 124,18 | 0,02 | 0,04 | 0,83 | 0,12 | 1,14 | 0,00 | 33,08 | 30,19 | 21,71 | 0,86 | 353,77 | 0,70 | 0,45 | 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 |
| 443 | Салат из моркови с изюмом М_68 | 60,00 | 6,28 | 0,73 | 0,05 | 13,22 | 54,52 | 0,04 | 0,04 | 3,45 | 0,80 | 0,22 | 0,00 | 18,63 | 33,92 | 20,23 | 0,53 | 59,67 | 2,25 | 0,10 | 0,04 |
| 477 | Суп картофельный с бобовыми М_102 | 200,00 | 8,83 | 6,90 | 6,77 | 15,64 | 133,45 | 0,18 | 0,05 | 8,91 | 0,20 | 1,93 | 0,00 | 24,02 | 69,86 | 27,88 | 1,61 | 181,68 | 3,48 | 2,31 | 0,00 |
| 708 | Биточки рубленные с соусом 60/60_289 | 100,00 | 28,42 | 7,78 | 7,98 | 10,22 | 140,12 | 1,12 | 0,08 | 1,49 | 0,02 | 0,26 | 0,03 | 27,70 | 91,73 | 15,52 | 1,27 | 139,95 | 5,05 | 0,86 | 0,10 |