



Меню

Дата: четверг
Неделя: 2 из 8 (79)
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

		Завтрак																			
№	Наименование блюда	Вес порция, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
090	Яблоки свежие порционные	100.00	9.55	0.40	0.45	9.80	42.00	0.03	0.02	0.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	3.05	1.50	278.00	0.05	0.30	0.00
733	Пудинг с яблоком сливочным М 1	40.00	6.90	2.38	8.49	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	27.30	4.20	0.31	1.90	0.96	1.90	0.00
891	Макаронные изделия с сыром 200гр М 204	205.00	22.34	10.97	9.41	36.33	296.33	0.07	0.07	0.14	0.07	1.10	0.27	66.21	121.90	14.52	1.15	101.81	0.44	2.95	0.00
724	Каша с яблоком М 182	200.00	8.37	3.37	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	0.00	0.08	206.36	0.00	2.00	0.00
558	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	16.44	65.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	2.60	0.44	0.00	1.26	2.40	0.00

		Обед																			
№	Наименование блюда	Вес порция, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
707	Каша из манной М 348	200.00	8.79	0.36	0.00	26.06	106.83	0.03	0.00	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	26.56	8.33	0.60	164.87	0.00	0.12	0.00
881	Хлеб пшеничный	40.00	3.06	2.72	0.52	16.24	66.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	16.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
730	Салат из белокочанной капусты М 45	100.00	3.50	1.48	5.08	8.08	65.07	0.03	0.04	0.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.04	236.70	2.87	2.25	0.01
408	Суп картофельный с крупой М 98	250.00	11.27	5.08	8.14	54.26	126.64	0.05	0.04	0.00	0.23	2.36	0.00	23.50	60.10	20.79	0.61	218.60	3.06	1.19	0.01
630	Говядина тушеная М 230	230.00	43.05	15.44	23.93	48.90	368.01	0.06	0.04	4.55	0.29	5.88	0.00	20.85	107.57	28.26	0.55	46.60	3.01	9.74	0.01