

Согласовано  
Директор

Дата



День четверг  
неделя 1 неделя  
Сезон

Возрастная группа 12 лет и старше

Меню



Верждаю  
«Питания»  
Федотова  
Дата 08.08.2023г

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции	Цена	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)	Se (мкг)	F	
362	Бутерброд с сыром	80.00	17.10	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	86.00	9.45	0.48	13.95	0.96	4.03	0.00
865	Паша из риса и пшена с маслом 250г/п. М. 175	260.00	16.75	7.59	12.45	40.94	301.32	0.12	0.17	1.83	0.08	0.24	0.21	155.37	192.64	44.64	0.93	241.64	12.52	5.79	0.02
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.32	0.10	0.03	14.99	56.86	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	18.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	6.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции	Цена	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)	Se (мкг)	F	
359	Яйца всмятые	40.00	13.20	5.08	4.80	0.28	82.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.66	22.00	76.80	4.80	1.00	58.00	0.00	12.28	0.00
900	Кисель из пшеницы	200.00	6.96	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	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
429	Салат из свеклы отварной М. 52	100.00	3.81	1.35	6.08	7.67	89.86	0.02	0.04	9.60	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250г/б	255.00	12.22	4.57	8.94	6.28	111.66	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.84	50.06	21.86	0.79	327.70	4.25	0.35	0.01
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	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	0.88	0.10
562	Макаронные изделия отварные М. 309	200.00	8.66	7.06	6.50	42.30	200.59	0.07	0.03	0.00	0.03	1.09	0.10	5.42	50.54	9.02	1.06	90.68	1.02	0.07	0.00