

Согласовано
Директор

С.В.

Дата 5.12.2023



Верждаю
Итания
Редотова
Дата 05
2023г

Меню

Завтрак

№ рецеп.	наименование блюда	Вед. 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	
358	Яйца вареные	м. 50	13.20	5.08	4.60	0.28	82.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.69	22.00	78.60	4.80	1.00	58.00	0.00	12.28	0.00
751	Запеканка творожная со сметанным соусом М. 223	215.00	60.96	28.76	21.95	23.41	409.50	0.09	0.48	0.47	0.13	0.85	0.32	290.25	397.38	39.10	1.11	214.65	16.04	51.90	0.06
728	Чай с сахаром М. 378	200.00	1.32	0.10	0.03	14.99	58.85	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
609	Бутерброд с повидлом	55.00	9.77	2.40	4.36	27.68	156.60	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.09	10.00	22.80	5.60	0.80	0.75	0.98	1.85	0.00
595	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

№ рецеп.	наименование блюда	Вед. 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	
25	Винегрет овощной (67)	100.00	8.51	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250г	255.00	14.44	4.82	8.93	14.37	128.60	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	59.06	28.33	1.24	184.00	6.87	0.51	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100.00	17.72	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.02	1.00	0.00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200.00	14.07	4.91	8.14	47.83	206.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	62.62	25.56	0.69	58.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200.00	4.53	0.67	0.00	32.21	126.05	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
651	Хлеб пшеничный	40.00	2.38	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