

Согласовано  
Директор

Дата 6.11.2023



Меню

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции г	Пищевые в-ва г			Энерг. ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг								
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F		
896	Яблоки свежие порциями	100.00	9.55	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
401	Масло (порциями) М_14	10.00	6.80	0.08	8.25	0.08	74.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
717	Маша молочная пшеничная с маслом 200/10 М_173	210.00	14.69	8.74	12.49	43.87	320.30	0.19	0.15	1.30	0.08	0.28	0.20	134.54	207.40	54.94	1.48	245.00	11.26	3.45	0.02
567	Чай с фруктовым соком	200.00	6.34	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
555	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	19.44	85.20	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	D (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
351	Хлеб дагестанский	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
739	Салат из белокочанной капусты М_45	150.00	5.25	2.22	7.62	13.48	129.11	0.04	0.06	54.01	0.31	3.48	0.00	60.88	44.94	24.84	0.82	345.05	4.30	0.37	0.02
485	Суп с макаронными изделиями М_111	250.00	10.27	6.21	8.24	15.60	138.64	0.04	0.02	0.64	0.20	2.57	0.00	9.90	29.75	9.09	0.80	41.00	1.10	0.06	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом М_234	100.00	18.74	7.23	5.02	10.95	119.76	0.06	0.04	0.62	0.03	2.54	0.03	45.26	102.07	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	230.00	17.12	4.88	12.59	50.29	253.42	0.21	0.18	7.96	0.28	0.33	0.22	57.94	126.86	42.55	1.52	888.20	12.94	1.81	0.01
755	Компот из черники М_348	200.00	5.45	0.34	0.00	23.65	62.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.18	0.45	128.39	0.06	0.64	0.00