



Составлено
Директор
Дата: _____ 202__



Меню

День: четверг
Неделя: 1 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральный состав, мг							
				В	Белки	Жиры		Углеводы	B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	
390	Бутерброд с сыром	50.00	17.10	5.77	7.95	14.62	162.90	0.04	0.08	0.10	0.08	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.42	13.95	0.96	4.00	0.00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М. 175	260.00	16.75	7.59	12.45	40.84	301.32	0.12	0.17	1.63	0.06	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.00
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.32	0.10	0.93	14.99	59.85	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	16.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.29	2.40	0.00

Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральный состав, мг							
				В	Белки	Жиры		Углеводы	B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	
358	Рис отваренный	40.00	13.20	5.08	4.50	0.28	62.80	0.03	0.16	0.00	0.10	0.34	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	96.00	0.30	12.28	0.00
900	Кисель из пшеницы	200.00	6.96	0.07	0.00	29.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.30	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.06	0.00
85	Хлеб пшеничный	40.00	2.36	2.72	0.50	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	6.06	7.87	96.85	0.02	0.04	9.30	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.69	0.66	0.00
711	Щи из свеклы капуста с картофелем со сметаной 250/5	255.00	12.22	4.57	8.94	8.26	111.68	0.06	0.05	21.96	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.80	0.73	302.70	4.20	0.05	0.00
756	Биточки рубленые с соусом 50/50 269	100.00	29.42	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
392	Макаронные изделия отварные М. 309	200.00	8.88	7.05	6.50	42.30	260.59	0.07	0.03	0.00	0.03	1.09	0.10	5.42	50.54	9.02	1.00	90.68	1.00	0.07	0.00