



Меню

День: вторник  
Неделя: 2 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ рецеп. Блюда	Наименование	Вес порции, г	Цена, р	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	
392	Бутерброд с сыром	50.00	17.10	5.77	7.95	14.62	162.60	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
750	Каша молочная рисовая 150/5 М. 174	155.00	11.12	4.55	6.47	29.05	191.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	92.91	117.33	26.73	0.41	135.65	7.21	6.53	0.01
724	Какао с молоком М. 382	200.00	8.37	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
589	Хлеб пшеничный	20.00	1.54	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
698	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

Обед

№ рецеп. Блюда	Наименование	Вес порции, г	Цена, р	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	
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	11.22	11.65	8.70	57.26	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	6.19	358.25	3.10	5.43	0.02
710	Компот из кураги 348	200.00	8.48	1.08	0.00	31.33	124.19	0.02	0.04	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.65	353.77	0.70	0.45	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
443	Салат из моркови с изюмом М. 85	60.00	6.28	0.73	0.05	13.22	54.52	0.04	0.04	3.45	0.60	0.22	0.00	18.63	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
477	Суп картофельный с бобовыми М. 102	200.00	8.83	6.90	6.77	15.64	133.45	0.18	0.05	3.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.88	1.61	191.68	3.46	2.31	0.00
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