



Меню

День: вторник  
 Неделя: 2 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

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	
358	Яйца вареные	40.00	13.20	5.08	4.60	0.28	62.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.50	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	0.43	0.47	0.13	0.65	0.32	250.25	397.36	39.10	1.11	214.66	16.04	61.93	0.05
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.32	0.10	0.03	14.99	56.85	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	158.60	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.06	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.65	0.00
569	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	0.30	1.29	2.40	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	
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	111.16	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	0.06	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	68.06	28.33	1.24	194.00	5.67	0.51	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 60/50	100.00	17.72	9.81	10.41	10.85	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.32	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
374	Рис отварной 200 гр М. 304	200.00	14.07	4.91	8.14	47.83	266.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200.00	4.53	0.57	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
85	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	5.84	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00