



Меню

День питания
Неделя 1 неделя
Сезон
Возрастная группа 12 лет и старше

Завтрак

№ рецептуры	Наименование порция	Вес г	Цена р	Пищевые в-ва г			Энергетическая ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Se (мкг)	F
612	Полочка (порционная)	100.00	9.55	0.40	0.40	9.90	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	273.00	2.00	0.30	0.00
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом с 3-7 лет №179	200.00	9.61	11.24	6.86	66.26	333.63	0.27	0.15	0.00	0.02	0.77	0.07	18.90	266.41	177.25	3.97	345.51	2.36	5.22	2.00
402	Сыр (порционная) М_15	25.00	19.17	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	17.5	0.00	1.3	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	3.00	3.23	0.00
724	Кефир с молоком М_382	200.00	6.37	3.97	3.42	26.06	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.96	206.16	4.00	2.00	0.00
669	Хлеб пшеничный	40.00	3.07	3.04	0.32	15.44	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

№ рецептуры	Наименование порция	Вес г	Цена р	Пищевые в-ва г			Энергетическая ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Se (мкг)	F
721	Колет из свинки в блок М_342	200.00	6.45	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.80	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00
651	Хлеб пшеничный	40.00	2.36	2.72	0.52	16.26	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	1.00	0.00
25	Винегрет овощной (67)	100.00	6.51	1.34	10.11	5.96	124.34	0.05	0.04	12.96	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.33	0.77	111.15	2.05	0.27	0.00
715	Рассольник (понижесольный до сметаной) №50-5	255.00	14.45	4.95	9.07	16.91	147.80	0.10	0.05	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	26.25	0.97	345.25	4.85	0.24	0.00
662	Птица тушенная в соусе М_290	100.00	32.89	11.56	15.00	2.95	85.30	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.69	0.96	1.81	0.05	20.06	1.16	0.28	0.00
683	Картофельное пюре М_312	230.00	15.58	4.60	11.09	28.66	234.16	0.20	0.11	7.61	0.24	0.31	0.20	55.15	120.98	40.66	1.43	649.16	1.33	1.33	0.00