

Сотласована  
Директор

Дата 2022



День пятница  
Неделя 2 недели  
Сезон  
Возрастная группа 12 лет и старше



Утверждаю  
Зам. директора  
И.И. Федотова  
15 мая 2022

### Меню

#### Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
910	Яблоко свежие 100 г (д/л)	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
903	Каша гречневая с маслом 250/10 №173	260.00	17.72	11.73	12.89	46.35	351.13	0.04	0.16	1.83	0.16	0.10	0.21	150.88	114.35	17.33	0.24	184.02	11.25	2.80	0.02
897	Корейский напиток с молоком 375	200.00	8.73	3.30	2.73	24.96	148.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	148.00	9.00	2.00	0.02
969	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	0.00	1.28	0.40	0.00

#### Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	88.00	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
428	Салат из овощей отварной М. 52	100.00	3.81	1.35	6.08	7.87	89.85	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.85	0.56	0.00
478	Суп харчофельный с макаронными изделиями М. 103	250.00	11.24	6.41	5.93	20.91	140.75	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
862	Птица тушенная в соусе М. 290	100.00	32.89	11.58	15.00	2.95	95.30	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.69	9.98	1.81	0.55	20.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	11.22	11.66	8.70	57.26	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	120.07	278.58	184.24	8.19	388.26	3.10	5.43	0.02
721	Компот из свежих яблок М. 342	200.00	6.45	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00