



Согласовано
Директор
Дата 15.12.2023

С. С. Куликов



Меню

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

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	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)	I (мкг)	Se (мкг)	
610	Яблоки (порциями)	100.00	10.23	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
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (с 3-7 лет) №179	200.00	10.73	11.24	6.68	55.28	333.83	0.27	0.15	0.00	0.02	0.77	0.07	18.93	206.41	177.83	5.97	345.51	2.99	5.22	0.02
402	Сыр (порциями) М. 15	25.00	19.17	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	229.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
724	Кисель с молоком М. 362	200.00	9.12	3.97	3.42	28.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.30	9.00	2.00	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	0.00	1.78	2.40	0.00

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	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)	I (мкг)	Se (мкг)	
721	Компот из свежих яблок М. 342	200.00	6.73	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.80	0.00	0.18	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	16.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
26	Винегрет овощной (67)	100.00	8.16	1.34	10.11	6.88	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
715	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	13.94	4.95	9.02	16.91	147.80	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	28.26	0.97	345.25	4.85	2.24	0.00
862	Птица тушеная в соусе М. 290	100.00	32.89	11.56	15.00	2.95	95.30	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.89	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
883	Пюре картофельное 220/10 М. 312	230.00	15.58	4.05	11.09	28.95	234.16	0.20	0.17	7.81	0.24	0.31	0.20	55.15	120.99	40.08	1.45	348.96	12.97	1.53	0.01

Новик

