



Согласовано  
 Директор  
 Дата 4.12.2023



Меню

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

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (МКГ)	І (МКГ)	Se	П
698	Яблоки свежие порциями	100.00	19.23	0.40	0.40	9.80	46.00	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
733	Бутерброд с маслом оливочным М.1	40.00	8.90	2.38	0.49	14.60	146.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	6.40	21.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00
881	Макароны отварные с соусом 200гр М.204	205.00	22.34	10.97	9.41	38.33	286.32	0.07	0.07	0.14	0.07	1.10	0.27	68.21	121.92	14.52	1.13	101.51	0.94	2.95	0.00
724	Кавказское молоко М.382	290.00	9.12	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	206.38	9.00	2.00	0.03
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	1.28	2.40	0.00

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (МКГ)	Са	Р	Mg	Fe	К (МКГ)	І (МКГ)	Se	П
707	Компот из яблок 348	200.00	8.79	0.36	0.00	26.06	106.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	26.59	8.33	0.80	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.38	2.72	0.52	16.29	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.98	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
739	Салат из белокачанной капусты М.45	100.00	3.50	1.48	5.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с крупой М.98	250.00	11.14	5.66	8.14	14.26	129.64	0.05	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.65	218.55	3.09	1.76	0.01
930	Плов из птицы 230г	230.00	43.93	16.23	23.89	3.20	364.40	0.02	0.01	4.65	0.29	5.42	0.00	13.68	20.21	10.42	0.39	17.52	1.11	0.08	0.01

новар