



Согласовано  
Директор

Дата 22.12.2023

*С.А. Куренков*



Меню

День: пятница  
Неделя: 2 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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
910	Яблоки свежие (для)	100.00	10.23	0.40	0.40	9.50	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	1.00	0.30	0.00
903	Каша пшеничная с маслом №173	250.00	17.72	11.73	12.89	40.35	351.13	0.04	0.10	1.63	0.00	0.10	0.21	150.88	114.35	17.33	0.14	134.00	11.25	2.60	0.02
697	Кофеинный напиток с молоком 379	200.00	8.73	3.30	2.73	24.96	148.00	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
565	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	0.50	1.28	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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	18.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.90	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
429	Салат из овощей отварной М. 52	100.00	3.81	1.35	0.08	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	8.85	0.66	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103	250.00	11.05	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	1.05	328.55	4.31	0.37	0.02
362	Птица тушеная в соусе М. 290	100.00	32.80	11.56	15.00	2.96	95.30	0.01	0.01	0.06	0.01	0.07	0.03	16.66	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	12.30	11.86	8.70	57.26	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	27.65	164.24	6.19	358.25	0.10	5.43	0.02
721	Компот из свежих яблок М. 342	200.00	6.73	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

*новик*