



Утверждаю
 М.Н. Федотов
 Дата 11.11.2023

Меню

День: вторник
 Неделя: 2 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 7 - 11 лет

Завтрак

№ поц.	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)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
358	Яйца варенные	40.00	16.66	5.08	4.90	0.28	82.80	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	78.80	4.80	1.00	58.00	0.00	12.28	0.00
751	Закусочная творожная со сметанным соусом М 223	155.00	44.37	20.73	15.83	16.68	295.22	0.06	0.33	0.34	0.09	0.47	0.23	209.25	280.49	28.19	0.80	154.76	11.56	37.44	0.04
728	Чай с сахаром М 378	200.00	1.32	0.10	0.03	14.99	88.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
806	Бутерброд с колбасой	55.00	10.44	2.40	4.36	27.68	158.80	0.04	0.01	0.10	0.03	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.55	1.65	0.00
509	Хлеб пшеничный	50.00	3.84	3.60	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00

Обед

№ поц.	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)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
888	Яблоко свежее тертым	100.00	10.23	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.96	0.01	0.40	0.05	10.00	8.00	2.30	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
25	Винегрет овощной (67)	80.00	4.89	0.90	6.08	4.11	74.80	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.85	11.12	0.48	66.85	1.80	0.10	0.00
742	Борщ из свежей капусты со сметаной 200/5	205.00	11.53	4.54	7.40	10.71	105.66	0.04	0.04	9.58	0.22	1.96	0.00	35.92	43.29	22.02	0.94	150.80	4.64	0.38	0.01
701	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100.00	17.94	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
844	Рис отварной М 304	200.00	14.56	4.91	8.14	47.85	206.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	87.02	25.96	0.69	96.79	1.01	10.80	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М 349	200.00	5.43	0.57	0.00	32.21	126.06	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.36	2.72	0.52	16.28	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