



Меню

**Завтрак**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Na (мкг)	Se (мкг)	F
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40 00	8 90	2 36	8 49	14 86	146 20	0 03	0 02	0 00	0 04	0 13	0 15	8 40	22 50	4 20	0 35	1 50	0 96	1 90	0 00
723	Каша молочная рисовая с маслом М_174	210 00	17 36	6 10	11 36	39 10	281 28	0 08	0 15	1 30	0 06	0 28	0 20	124 68	157 44	35 84	0 55	181 38	9 02	8 74	0 02
724	Какао с молоком М_382	200 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	118 20	31 00	0 36	206 36	9 00	2 00	0 03
569	Хлеб пшеничный	20 00	1 54	1 52	0 16	9 72	47 60	0 02	0 01	0 00	0 00	0 02	0 00	4 00	13 00	2 80	0 22	0 00	0 64	1 20	0 00
656	Яблоки свежие порциями	100 00	10 23	0 40	0 40	9 80	45 00	0 05	0 02	4 00	0 01	0 40	0 00	10 00	8 00	2 00	1 00	279 00	2 00	0 30	0 00

**Обед**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Na (мкг)	Se (мкг)	F
710	Компот из кураги_348	200 00	6 48	1 08	0 00	31 33	124 18	0 02	0 04	0 63	0 12	1 14	0 00	33 06	30 18	21 71	0 66	363 77	0 70	0 45	0 00
651	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
704	Каша гречневая рассыпчатая_302	180 00	11 15	10 50	7 83	51 54	323 82	0 28	0 14	0 00	0 03	0 74	0 09	18 08	248 92	165 60	5 57	327 42	2 79	4 86	0 02
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100 00	10 47	1 22	0 08	22 04	90 87	0 06	0 06	5 75	1 60	0 37	0 00	31 05	56 54	33 72	0 88	99 45	3 78	0 16	0 06
726	Суп картофельный с горохом М_102	250 00	10 97	7 91	8 30	19 50	161 99	0 23	0 07	13 73	0 27	2 45	0 00	34 72	87 88	36 42	2 06	247 10	4 43	2 86	0 01
708	Биточки рубленые с соусом М_50_50_269	100 00	28 84	7 78	7 98	10 22	140 12	1 12	0 08	1 49	0 02	0 26	0 03	27 70	91 73	15 52	1 27	138 95	5 05	0 88	0 10