



Меню

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование порции	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)	Se (мкг)	F	
358	Яйца варенные	40 00	16 88	5 06	4 80	0 25	52 90	0 03	0 18	0 00	0 10	0 24	0 85	22 00	76 80	4 80	1 00	56 00	0 00	12 28	0 00
751	запеканка творожная со сметанным соусом М. 223	215 00	61 55	23 76	21 95	23 41	409 50	0 09	0 46	0 47	0 13	0 85	0 32	290 25	397 38	39 10	1 11	214 68	16 04	51 93	0 05
728	чай с сахаром М. 376	200 00	1 32	0 10	0 03	14 99	58 65	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
808	Бутерброд с повидлом	55 00	10 44	2 40	4 36	27 68	158 80	0 04	0 01	0 10	0 02	0 08	0 08	13 00	22 80	5 80	0 60	0 75	0 98	1 65	0 00
568	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

№ рецеп. блюда	Наименование порции	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)	Se (мкг)	F	
25	Винегрет овощной (67)	100 00	8 16	1 34	10 11	6 86	124 34	0 05	0 04	12 95	0 22	4 54	0 00	25 85	41 08	18 53	0 77	111 15	3 05	0 27	0 00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250 г	255 00	14 59	4 82	8 93	14 37	128 60	0 05	0 05	12 35	0 27	2 50	0 00	45 01	69 06	28 33	1 24	194 00	5 87	0 51	0 01
701	котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100 00	17 94	9 81	10 41	10 63	110 05	0 03	0 04	0 77	0 02	1 53	0 03	25 95	22 68	8 82	0 40	37 53	2 62	1 00	0 00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200 00	14 58	4 91	8 14	47 83	266 90	0 03	0 03	0 00	0 04	0 38	0 14	3 48	82 62	25 56	0 69	58 79	1 01	10 96	0 00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200 00	5 43	0 57	0 00	32 21	126 05	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 96	5 64	0 47	0 00	0 00	0 00	0 00