

Согласовано:  
Директор

Дата: 11.12.2025



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 |                        | B1           | B2   | C    | A    | E    | D (мкг)              | Ca     | P      | Mg    | Fe   | K      | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 698       | Яблоки свежие порциями                  | 100.00        | 10.23   | 0.40            | 0.40 | 9.80     | 45.00                  | 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 сливочным М 1        | 40.00         | 8.90    | 2.36            | 8.49 | 14.66    | 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 |
| 681       | Макаронные отварные с сыром 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                 | 66.21  | 121.92 | 14.52 | 1.13 | 101.51 | 0.94    | 2.95     | 0.00 |
| 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 | 116.20 | 31.00 | 0.98 | 206.36 | 9.00    | 2.00     | 0.03 |
| 669       | 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 |                        | B1           | B2   | C     | A    | E    | D (мкг)              | Ca    | P     | Mg    | Fe   | K      | I (мкг) | Se (мкг) | F    |
| 707       | Компот из изюма 348                | 200.00        | 8.79    | 0.36            | 0.00  | 28.06    | 108.83                 | 0.03         | 0.02 | 0.00  | 0.00 | 0.10 | 0.00                 | 15.87 | 25.59 | 8.33  | 0.60 | 164.67 | 0.00    | 0.12     | 0.05 |
| 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 |
| 739       | Салат из белокочанной 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  | 14.28    | 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 | 4.55  | 0.29 | 5.42 | 0.00                 | 13.68 | 20.21 | 10.42 | 0.38 | 17.52  | 1.11    | 0.08     | 0.01 |