

Меню на 26 декабря 2023 г.

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная группа: 3 - 7 лет

Завтрак																					
№ рец	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	I(мкг)	Se(мкг)	F
893	Каша рисовая вязкая с маслом д/ш 150/5 №182	155.00	11.01	4.59	6.45	29.71	194.08	0.04	0.11	0.96	0.03	0.19	0.11	91.80	117.92	27.09	0.42	134.97	7.14	6.66	0.01
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	9.95	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
322	Какао с молоком	180.00	7.56	3.78	3.34	16.04	102.70	0.05	0.17	1.43	0.02	0.01	0.05	134.56	112.10	23.90	0.55	190.78	9.90	2.20	0.03

Итого 28 руб. 52 коп.

Обед																					
№ рец	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	I(мкг)	Se(мкг)	F
827	Салат из свеклы 50г(с3-7 лет)№34	50.00	1.69	0.68	3.04	3.93	44.92	0.01	0.02	4.75	0.00	1.37	0.00	17.58	20.42	10.45	0.66	0.00	3.33	0.33	0.00
774	Щи из свежей капусты 180гр № 72(д/ш)	180.00	2.78	1.28	3.87	4.52	58.79	0.02	0.03	16.64	0.15	1.72	0.01	31.93	27.54	12.46	0.44	168.37	2.44	0.32	0.01
980	Котлеты рубленные со сметанным соусом С	75.00	23.89	4.50	8.70	4.84	116.62	0.00	0.00	0.01	0.00	0.46	0.00	1.62	1.85	0.29	0.02	5.36	0.19	0.08	0.00
852	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 120/5	130.00	7.06	7.45	5.62	36.56	230.41	0.18	0.10	0.00	0.02	0.53	0.07	12.83	176.63	117.65	3.95	228.77	1.98	3.47	0.01
900	Кисель из повидла	180.00	5.81	0.06	0.00	26.03	98.83	0.00	0.00	0.07	0.00	0.00	0.00	4.55	4.82	1.15	0.19	63.06	0.00	0.07	0.00
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.75	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00
851	Хлеб Дарницкий	30.00	1.77	2.04	0.39	12.21	73.50	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.15	14.22	4.23	0.35	0.00	0.00	0.00	0.00

Итого 45 руб. 75 коп.

Полдник																					
№ рец	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	I(мкг)	Se(мкг)	F
913	Запеканка из творога 150 г с молочным соусом	150.00	41.39	20.86	7.05	22.89	239.79	0.07	0.30	0.81	0.06	0.32	0.21	146.47	129.18	19.52	0.49	189.31	11.53	35.67	0.04
567	Молоко кипяченое М_385	180.00	9.98	5.29	4.80	8.82	87.05	0.07	0.27	2.34	0.04	0.00	0.09	216.00	162.00	25.20	0.18	262.80	16.20	3.60	0.04
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.38	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00

Итого 52 руб. 75 коп.