

## Меню на 28 декабря 2023 г.

День: четверг

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	К I(мкг)	Se(мкг)	F		
923	Каша вязкая манная с маслом 205 г	205.00	14.29	9.44	8.98	44.44	290.77	0.11	0.24	2.13	0.05	0.72	0.16	204.82	184.99	30.64	0.61	400.92	14.76	16.16	0.03	
391	Бутерброд с джемом	55.00	13.15	2.42	4.36	28.38	161.80	0.04	0.01	0.48	0.03	0.24	0.08	9.60	24.60	6.00	0.42	0.75	0.96	1.85	0.00	
802	Чай с лимоном 180/10/7(д/ш) №412	180.00	2.29	0.12	0.02	10.20	40.21	0.00	0.00	1.93	0.00	0.01	0.00	2.27	1.22	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	
<b>Итого 29 руб. 73 коп.</b>																						
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	К I(мкг)	Se(мкг)	F		
838	Винегрет овощной 50г(с 3-7 лет)№46	60.00	3.41	0.79	3.68	4.74	55.38	0.03	0.03	6.15	0.20	1.68	0.00	13.92	26.91	12.45	0.51	76.89	2.31	0.20	0.00	
817	Суп картофельный с вермишелью 180г(д/ш)	200.00	2.69	2.11	2.22	16.37	95.66	0.08	0.05	11.88	0.22	1.11	0.00	12.16	50.80	19.24	0.79	277.24	3.76	0.29	0.00	
982	Шницель рубленый со сметанным соусом С	105.00	31.49	7.12	13.46	9.20	188.47	0.00	0.00	0.01	0.01	0.49	0.00	3.23	3.68	0.58	0.03	10.69	0.37	0.15	0.00	
766	Пюре картофельное 150г(д/ш)	150.00	8.33	3.15	5.24	19.73	139.75	0.14	0.11	5.19	0.15	0.18	0.09	36.98	81.78	27.75	0.99	578.70	8.44	1.02	0.00	
854	Компот из свежих яблок 150 г(д/ш)№390	180.00	4.75	0.14	0.14	21.49	84.42	0.01	0.01	1.44	0.00	0.14	0.00	3.60	2.88	0.72	0.36	100.08	0.72	0.11	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	
<b>Итого 55 руб. 19 коп.</b>																						
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	К I(мкг)	Se(мкг)	F		
813	Булочка Дорожная № 453	70.00	5.70	4.61	9.68	36.59	253.31	0.08	0.02	0.00	0.00	3.42	0.00	8.36	32.78	5.77	0.38	55.53	0.68	2.73	0.01	
905	Кефир 2,5 %-ной жирности	180.00	12.00	5.04	4.50	7.20	90.00	0.05	0.31	1.26	0.04	0.00	0.09	216.00	171.00	25.20	0.18	262.80	16.20	0.00	0.04	
<b>Итого 17 руб. 70 коп.</b>																						