



Согласован  
Директор

Дата: 18.12.2022



Меню

День: понедельник

Неделя: 2 неделя

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции	Цена	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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
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
723	Каша молочная рисовая с маслом М_174	210.00	17.36	6.10	11.38	39.10	281.28	0.06	0.15	1.30	0.05	0.28	0.20	124.68	157.44	36.64	0.55	181.36	9.82	8.74	0.02
724	Каша с молоком М_382	200.00	9.12	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.10	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	205.36	9.00	2.00	0.03
669	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
668	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

Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции	Цена	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 (мкг)	I (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	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.66	353.77	0.70	0.45	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
704	Каша гречневая рассыпчатая_392	180.00	11.15	10.50	7.83	51.54	323.92	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.00	18.06	248.92	165.62	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100.00	10.47	1.22	0.08	22.04	90.87	0.08	0.08	5.75	1.50	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.68	99.45	3.76	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	2.05	247.10	4.43	2.86	0.01
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	100.00	28.64	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	139.99	5.05	0.88	0.10