



Утверждаю:  
 \_\_\_\_\_  
 М.И. Федотова  
 Дата: 04.03.2024

**Меню**

День: четверг  
 Неделя: 1 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

**Завтрак**

№ рецеп.	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 (мкг)	Se (мкг)	F			
800	Кисель из повидла	200.00	7.72	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00	
392	Бутерброд с сыром	50.00	16.24	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.08	0.10	0.08	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00		
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М 175	260.00	17.09	7.59	12.45	40.64	303.30	0.12	0.17	1.63	0.08	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02		
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	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.	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 (мкг)	Se (мкг)	F			
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.26	96.00	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		
738	Чай с лимоном М 377	200.00	2.63	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00		
816	Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50	100.00	33.81	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00		
592	Макаронные изделия отварные М 309	180.00	7.26	7.01	5.85	38.07	235.79	0.06	0.02	0.00	0.03	0.98	0.09	4.88	45.49	6.12	0.95	81.81	0.92	0.06	0.00		
429	Салат из свеклы отварной М 52	100.00	4.56	1.35	6.08	7.87	91.05	0.02	0.04	0.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00		
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	12.80	4.85	8.94	8.26	122.72	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01		