



Меню

День: понедельник
 Неделя: 2 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 7 - 11 лет

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
750	Каша молочная рисовая 15M/5 M 174	155.00	11.08	4.55	6.47	29.05	192.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	92.91	117.33	26.73	0.41	135.66	7.21	6.53	0.01
724	Какао с молоком M 382	290.00	8.71	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.18	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	205.36	9.00	2.00	0.03
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.58	1.52	0.18	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
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 M 1	40.00	9.58	2.36	8.49	14.66	148.20	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

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
443	Салат из моркови с изюмом M 66	80.00	7.75	0.73	0.05	13.22	59.02	0.04	0.04	3.45	0.90	0.22	0.00	18.83	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
710	Компот из кураги 3M	200.00	10.23	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
615	Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/60	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
477	Суп картофельный с бобовыми M 102	260.00	9.64	7.27	6.77	15.64	142.38	0.18	0.06	6.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.66	27.88	1.61	181.68	3.46	2.31	0.00
746	Каша гречневая рассычатая с маслом 100г/5 M 302	155.00	7.73	8.68	6.31	42.64	267.44	0.21	0.11	0.00	0.02	0.61	0.08	14.90	205.90	137.20	4.61	266.75	2.31	4.04	0.01
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	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

Полдник

№ рецеп	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	
623	Ватрушка с повидлом 70г/г ПК	70.00	6.14	4.06	1.89	44.03	209.30	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
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	
736	Чай с лимонкой M 377	20.00	2.63	0.16	0.03	15.20	59.18	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	