



**Меню**

День: вторник  
 Неделя: 2 неделя  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

**Завтрак**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Na (мг)	F	
645	Зеленка творожная со сметанным соусом М_223 150гр	150.00	42.05	20.11	16.64	21.13	323.22	0.07	0.32	0.31	0.10	0.56	0.21	198.46	274.60	27.56	0.65	185.54	11.06	36.79	0.03
666	Яблоки свежие порционные	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	279.00	2.00	0.30	0.00
728	Чай с сахаром М_376	200.00	1.23	0.10	0.03	14.99	56.85	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
809	Булочка с повидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.88	156.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	6.60	0.60	0.75	0.98	1.85	0.00
566	Хлеб пшеничный	80.00	3.96	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.56	0.00	1.60	3.00	0.00

**Обед**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Na (мг)	F	
459	Суп крестьянский с крупой М_68	250.00	11.15	5.90	8.14	14.28	138.37	0.05	0.04	19.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.95	218.55	3.09	1.76	0.91
730	Салат из белокачанной капусты М_45	100.00	5.45	1.45	5.08	8.98	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.57	0.25	0.01
942	Котлеты рубленные из филе птицы со сметанным соусом М_300 у	100.00	25.50	8.34	10.66	10.41	159.53	0.01	0.01	0.67	0.00	1.46	0.00	10.19	8.68	3.67	0.18	31.08	1.15	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	13.89	4.91	8.14	47.83	205.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.36	0.14	3.48	82.62	25.59	0.69	56.78	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	4.34	0.57	0.00	32.21	126.05	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
851	Хлеб диетический	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	18.98	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00