



Утвержден:  
Министр здравоохранения  
Чувашской Республики  
12.05.2022

**Меню**

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

**Завтрак**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	F	
879	Каша полбяная с маслом 200/10	210.00	15.93	9.40	11.95	57.09	297.69	0.03	0.13	1.30	0.09	0.10	0.20	121.18	92.07	13.88	0.12	147.50	9.00	2.10	0.02
697	Кофейный напиток с молоком 379	200.00	8.60	3.30	2.73	24.86	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	85.29	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	25.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
898	Яблоки свежие порциями	100.00	10.23	0.40	0.40	9.50	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

**Обед**

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Se (мкг)	F	
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	18.28	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
429	Салат из свеклы отварной М. 52	100.00	4.59	1.35	6.08	7.87	81.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	36.15	40.85	20.00	1.35	0.00	0.65	0.66	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103	250.00	10.72	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	88.25	28.30	1.08	368.59	4.91	0.37	0.02
662	Птица тушенная в соусе М. 280	100.00	29.23	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.08	0.01	0.97	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	9.62	10.80	7.83	51.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.06	18.06	248.92	165.82	5.57	322.42	2.79	4.69	0.02
721	Компот из свежих яблок М. 342	200.00	6.57	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.80	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00