

Меню на 10 февраля 2024 г.

День: суббота

Неделя: вторая

Возрастная группа: 7 - 11 лет

| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|--|---------------|---------|-----------------|------|----------|------------------------|--------------|------|------|------|------|--------|----------------------|--------|-------|------|--------|--------|---------|------|
| № рец | 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 |
| 735 | Запеканка рисовая со сгущённым молоком М_185 | 150.00 | 12.41 | 4.15 | 5.70 | 36.53 | 213.40 | 0.03 | 0.09 | 0.11 | 0.02 | 1.55 | 0.09 | 67.92 | 93.18 | 21.11 | 0.49 | 29.34 | 0.63 | 5.17 | 0.00 |
| 873 | Каша ячневая молочная вязкая 250/10 | 200.00 | 12.26 | 7.47 | 9.87 | 36.40 | 262.52 | 0.12 | 0.16 | 1.30 | 0.05 | 0.08 | 0.17 | 156.20 | 243.63 | 36.04 | 0.91 | 239.04 | 9.00 | 18.97 | 0.02 |
| 358 | Яйца вареные | 40.00 | 17.16 | 5.08 | 4.60 | 0.28 | 62.80 | 0.03 | 0.18 | 0.00 | 0.10 | 0.24 | 0.88 | 22.00 | 76.80 | 4.80 | 1.00 | 56.00 | 0.00 | 12.28 | 0.00 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 40.00 | 3.30 | 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 |
| 736 | Чай с лимоном М_377 | 200.00 | 2.58 | 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 |

Итого 47 руб. 71 коп.

| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|---------------|---------|-----------------|------|----------|------------------------|--------------|------|-------|------|------|--------|----------------------|--------|--------|------|--------|--------|---------|------|
| № рец | 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 |
| 731 | Салат из квашенной капусты М_47 | 60.00 | 7.54 | 0.96 | 3.00 | 4.61 | 50.03 | 0.01 | 0.01 | 15.18 | 0.00 | 1.38 | 0.00 | 25.19 | 18.55 | 8.62 | 0.34 | 8.76 | 0.18 | 0.03 | 0.00 |
| 934 | Суп крестьянский с крупой мясом | 200.00 | 8.45 | 4.53 | 4.33 | 11.48 | 103.71 | 0.10 | 0.37 | 14.45 | 0.32 | 1.93 | 0.00 | 18.80 | 40.08 | 16.60 | 0.52 | 174.84 | 2.47 | 1.41 | 0.01 |
| 979 | Шницель рубленый со смет. томат. соусом 510 Шк | 100.00 | 22.53 | 3.82 | 7.48 | 6.07 | 106.08 | 0.01 | 0.01 | 0.92 | 0.02 | 0.54 | 0.00 | 5.74 | 7.33 | 1.85 | 0.10 | 17.83 | 0.62 | 0.25 | 0.00 |
| 704 | Каша гречневая рассыпчатая _302 | 180.00 | 9.21 | 10.50 | 7.83 | 51.54 | 323.92 | 0.26 | 0.14 | 0.00 | 0.03 | 0.74 | 0.09 | 18.06 | 248.92 | 165.82 | 5.57 | 322.42 | 2.79 | 4.89 | 0.02 |
| 755 | Компот из чернослива М_348 | 200.00 | 7.88 | 0.34 | 0.00 | 23.65 | 92.81 | 0.00 | 0.01 | 0.45 | 0.00 | 0.27 | 0.00 | 11.89 | 12.33 | 15.16 | 0.45 | 128.39 | 0.08 | 0.04 | 0.00 |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 40.00 | 2.37 | 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 |

Итого 57 руб. 98 коп.