

Меню на 08 апреля 2024 г.

День: понедельник

Неделя: первая

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		В1	В2	С	А	Е	D(мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se(мкг)	F
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М_173	155.00	9.32	6.48	7.31	32.06	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
402	Сыр (порциями) М_15	25.00	17.12	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
697	Кофейный напиток с молоком_379	210.00	9.03	3.46	2.87	26.21	153.62	0.04	0.16	1.37	0.02	0.00	0.05	126.00	94.50	14.70	0.11	153.30	9.45	2.10	0.02
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
605	Груша порциями	100.00	23.33	0.40	0.30	9.50	42.00	0.02	0.03	5.00	0.00	0.40	0.00	19.00	16.00	12.00	2.30	155.00	1.00	0.10	0.01

Итого 62 руб. 10 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		В1	В2	С	А	Е	D(мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se(мкг)	F
762	Салат из свежих огурцов №13(д/ш)	60.00	15.51	0.46	5.07	1.48	48.44	0.02	0.02	5.70	0.01	2.04	0.00	13.11	23.94	7.98	0.34	111.72	0.00	0.17	0.00
932	Борщ с капустой картофелем мясом со сметаной	205.00	10.73	4.45	5.22	10.51	104.25	0.09	0.37	9.67	0.35	2.00	0.00	35.20	40.72	20.46	0.88	150.80	4.54	0.38	0.01
871	Макароны отварные М_309 150 гр	180.00	7.02	6.47	5.62	38.87	236.24	0.06	0.02	0.00	0.02	1.00	0.09	4.88	46.32	8.29	0.97	83.27	0.94	0.06	0.00
987	Тефтели рубленные со смет. томат. соусом Шк	110.00	22.53	5.32	12.61	8.43	171.04	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
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.44	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	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 64 руб. 60 коп.

Полдник																					
№ рец	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	I(мкг)	Se(мкг)	F
989	Пирожки печеные с творогом 100 гр	100.00	25.87	14.28	11.75	0.69	794.12	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
707	Компот из изюма_348	200.00	10.09	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05

Итого 35 руб. 96 коп.