



*[Handwritten signature]*  
2024



Утверждаю  
И.И. Седокова  
Дата 28.02.2024

Меню

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

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Se (мкг)	F
566	Хлеб пшеничный	40,00	3,17	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
362	Бутерброд с сыром	50,00	17,50	6,70	7,95	14,52	163,80	0,04	0,06	0,10	0,06	0,16	0,22	139,20	96,00	9,45	0,49	13,95	0,96	4,03	0,00
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200г М_173	210,00	15,15	6,74	12,48	43,87	322,28	0,19	0,15	1,30	0,08	0,25	0,20	134,54	207,40	54,94	1,40	245,00	11,25	3,45	0,02
597	чай с фруктовым вкусом	200,00	6,72	0,54	0,10	9,58	33,00	0,00	0,00	1,38	0,00	0,50	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
308	Яблоки свежие порциями	100,00	9,27	0,40	0,40	9,80	46,00	0,03	0,02	4,00	0,01	0,40	0,00	10,00	8,00	2,00	1,00	275,00	2,50	0,50	0,00

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Se (мкг)	F
476	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	200,00	8,20	5,78	4,74	16,73	123,07	0,06	0,05	17,26	0,26	1,19	0,00	21,98	54,80	32,24	0,86	309,24	3,93	0,49	0,01
736	чай с лимонном М_377	200,00	2,77	0,16	0,03	16,20	59,16	0,00	0,00	2,30	0,00	0,01	0,00	2,20	1,54	0,64	0,04	11,41	0,01	0,00	0,00
25	Винегрет овощной (87)	100,00	8,43	1,54	10,11	6,86	129,88	0,05	0,04	12,95	0,22	4,54	0,00	25,65	41,08	18,53	0,77	111,15	3,05	0,27	0,00
706	Пюре картофельное 200гр_312	200,00	16,02	5,88	10,94	26,34	238,11	0,19	0,15	6,92	0,23	0,29	0,19	50,38	110,31	37,00	1,32	772,35	11,25	1,40	0,01
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100,00	18,80	7,06	5,91	11,85	137,08	0,06	0,04	0,61	0,04	2,57	0,01	45,00	102,83	8,77	0,42	50,08	7,64	1,08	0,00
951	Хлеб диетический	40,00	2,44	2,72	0,52	18,26	98,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,20	19,96	5,64	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00