

Сотрудник  
Директор

Дата



Утверждаю

М.П. Подпись

07.02.12

Меню

День: среда  
Имя: Г.Иванов  
Секс:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав, мкг						Минеральный состав, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	K	Na	Cl	S		
160	Каша овсяная	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	88.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
200	Суп картофельный с борщом	50.00	18.34	0.70	7.86	14.02	163.80	0.04	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	139.20	98.00	3.45	0.48	13.95	0.96	4.00	0.00	
711	Каша овсяная с яблоком 200/100 М. 173	200.00	16.20	0.74	12.48	43.87	302.28	0.18	0.11	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.54	1.48	245.00	11.20	3.40	0.00	
597	Чай с сахаром	200.00	6.72	0.04	0.10	0.38	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	0.00
698	Свежие ягоды	100.00	11.59	0.40	0.40	0.90	45.00	0.03	0.00	4.30	0.01	0.40	0.00	10.00	6.00	2.00	1.00	279.00	2.00	0.00	0.00	

Обед

№	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав, мкг						Минеральный состав, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	K	Na	Cl	S	
476	Суп картофельный с мякотью картофеля М. 103	200.00	8.18	0.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.06	0.28	0.26	1.18	0.00	21.66	64.60	23.64	0.86	308.34	3.69	0.28	0.01
730	Чай с лимоном М. 277	200.00	2.47	0.16	0.03	16.20	69.18	0.00	0.00	3.80	0.00	0.01	0.00	2.60	1.34	0.34	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
23	Винегрет овощной (67)	100.00	12.72	1.64	10.11	0.86	126.88	0.05	0.04	12.05	0.22	4.54	0.00	25.65	41.98	18.53	0.77	111.16	3.05	0.27	0.00
704	Каша овсяная с яблоком 200/100 М. 312	200.00	16.40	0.88	10.84	26.34	238.11	0.18	0.11	1.82	0.23	0.28	0.19	90.38	116.31	37.00	1.30	272.36	11.25	1.40	0.01
732	Чай с лимоном М. 234	100.00	10.90	0.66	5.91	11.60	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	0.51	0.01	40.00	102.80	2.77	0.42	90.08	2.64	1.08	0.00
691	Чай с сахаром	40.00	2.44	0.02	0.02	0.08	66.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	16.96	0.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00