

Меню на 15 апреля 2024 г.

День: понедельник

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
750	Каша молочная рисовая 150/5 М_174	210.00	14.93	6.17	8.77	39.36	259.21	0.06	0.14	1.32	0.05	0.25	0.15	125.88	158.96	36.21	0.56	183.80	9.77	8.85	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
609	Бутерброд с повидлом	55.00	10.64	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	9.00	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03

Итого 37 руб. 87 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
762	Салат из свежих огурцов №13(д/ш)	60.00	15.49	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
936	Суп картофельный с горохом мясом	200.00	8.02	6.94	2.68	15.66	115.93	0.24	0.39	11.03	0.35	1.13	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.68	3.54	2.31	0.01
987	Тефтели рубленные со смет. томат. соусом Шк	110.00	22.54	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
704	Каша гречневая рассыпчатая _302	180.00	9.27	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
710	Компот из кураги _348	200.00	9.60	1.08	0.00	31.33	124.18	0.02	0.04	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.66	353.77	0.70	0.45	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 67 руб. 29 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		B1	B2	C	A	E	D(мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I(мкг)	Se(мкг)	F
988	Пирожки печеные с карт. луком 100 гр	100.00	15.81	15.75	26.17	0.69	749.09	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
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.88	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 18 руб. 69 коп.