

Согласовано  
Директор

Дата 18.12.2023



День четверг  
неделя 1 неделя  
Сезон  
Возрастная группа 12 лет и старше



Утверждаю

М.Н. Федотова

Дата 28 декабря 2023г

### Меню

#### Завтрак

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции	Цена р.	Пищевые в-ва г			Энерг. ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Se (мкг)	F	
362	Бутерброд с сыром	50.00	17.50	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.05	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
665	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М. 175	260.00	18.23	7.59	12.45	40.84	301.32	0.12	0.17	1.83	0.08	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.33	0.10	0.03	14.99	56.85	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	16.44	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

#### Обед

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции	Цена р.	Пищевые в-ва г			Энерг. ценность ккал	Витамины мг						Минеральные в-ва мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	Se (мкг)	F	
358	Яйца вареные	40.00	16.56	5.08	4.60	0.26	62.60	0.03	0.18	0.00	0.10	0.24	0.88	22.00	76.80	4.80	1.00	56.00	0.00	12.26	0.00
900	Хищель из пивидла	200.00	7.77	0.07	0.00	28.92	109.61	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.36	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00
661	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	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
708	Виточки рубленные с соусом 50/50 289	100.00	25.12	7.78	7.98	10.22	140.12	1.12	0.08	1.49	0.02	0.26	0.03	27.70	91.73	15.52	1.27	139.95	5.05	0.88	0.10
428	Салат из свеклы отварной М. 52	100.00	3.81	1.35	6.08	7.67	66.85	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.60	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
711	Ци из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	12.11	4.57	6.94	8.26	111.68	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01
592	Макаронные изделия отварные М. 309	180.00	8.18	6.34	5.85	38.07	234.53	0.06	0.02	0.00	0.03	0.96	0.09	4.88	45.49	8.12	0.95	81.61	0.92	0.06	0.00