



Меню

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	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	І (мкг)	Se (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	17.50	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	95.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
720	Каша из риса и пшеница с маслом М. 175	210.00	18.13	6.18	11.62	33.36	259.24	0.10	0.14	1.30	0.06	0.21	0.20	127.36	156.69	36.40	0.77	195.33	10.05	4.73	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	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.80	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00

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	Д (мкг)	Са	Р	Mg	Fe	К (мкг)	І (мкг)	Se (мкг)	F
900	Кисель из повидла	200.00	7.77	0.07	0.00	26.92	109.81	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
651	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	5.84	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
429	Салат из свеклы отварной М. 52	60.00	2.29	0.61	3.65	4.72	53.91	0.01	0.02	5.70	0.00	1.64	0.00	21.09	24.51	12.54	0.86	0.00	3.99	0.40	0.00
745	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205.00	9.66	4.27	7.46	6.49	94.35	0.05	0.04	18.04	0.21	1.92	0.00	33.15	40.01	17.79	0.63	252.28	3.53	0.28	0.01
708	Биточки рубленые с соусом М. 50, 50, 269	100.00	25.12	7.78	7.98	10.22	140.17	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
871	Макаронь отварные М. 309 150 гр	200.00	8.97	7.19	6.24	43.19	262.49	0.07	0.03	0.00	0.03	1.11	0.10	5.42	51.46	9.21	1.08	92.52	1.04	0.07	0.00