

Согласовано

Утверждаю

Директор

директор ООО "Сундырь"

на 24 мая 2024г.

Николаева М.А.



Меню

День: пятница

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.78	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
779	Каша гречневая рассыпчатая с маслом(с 3-7 лет)№179	205.00	8.11	11.52	7.05	56.64	341.97	0.28	0.15	0.00	0.02	0.79	0.08	19.40	273.07	182.28	6.12	354.15	3.07	5.35	0.02
402	Сыр (порциями) M_15	25.00	14.67	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
724	Какао с молоком M_382	200.00	9.24	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

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 (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
883	Пюре картофельное 220/10 M_312	180.00	10.87	3.64	8.68	22.66	183.26	0.16	0.13	5.95	0.19	0.24	0.15	43.16	94.69	31.84	1.14	664.42	9.68	1.20	0.01
715	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255.00	13.48	5.80	9.02	19.19	163.20	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	26.25	0.97	345.25	4.85	2.24	0.00
662	Птица, тушенная в соусе M_290	120.00	38.02	19.38	20.71	15.89	210.79	0.01	0.02	0.08	0.01	1.87	0.03	20.03	11.98	1.93	0.07	24.09	1.42	0.33	0.00
721	Компот из свежих яблок M_342	200.00	9.55	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	3.07	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00
406	Салат из свежих огурцов M_20	60.00	8.05	0.46	4.17	1.48	40.34	0.02	0.02	5.70	0.01	1.64	0.00	13.11	23.94	7.98	0.34	111.72	0.00	0.17	0.00

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____