



Меню

День: пятница  
 Неделя: 2 неделя  
 Секс:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№	Наименование блюда	Вед. порция	Цена	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
575	Чаша молочная с маслом 200/10	210.00	15.00	9.40	11.95	37.09	297.89	0.03	0.13	1.30	0.06	10	0.20	121.18	92.07	13.88	12	147.50	9.00	3.10	0.02
687	Кофейный напиток с молоком 375	200.00	8.82	3.30	2.73	24.96	146.36	0.04	0.15	1.30	0.03	0.00	0.06	120.00	90.00	14.00	10	148.00	9.00	2.00	0.02
565	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	96.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	28.00	9.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
693	Яблоки свежие порциями	100.00	11.50	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	275.00	2.30	0.30	0.00

Обед

№	Наименование блюда	Вед. порция	Цена	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	
85	Хлеб бородинский	40.00	2.44	2.72	0.32	0.00	96.00	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	0.00	0.00
426	Салат из овощей отварной М_52	100.00	6.80	1.35	6.08	7.67	91.00	0.00	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	25.15	40.85	20.90	1.32	0.00	6.68	0.66	0.00	
476	Суп картофельный с мясоромом из свинины М_103	250.00	10.23	7.22	5.93	20.91	193.84	0.11	0.06	21.80	0.32	1.48	0.00	27.45	66.25	26.30	1.08	286.55	4.31	0.37	0.02	
662	Пюре тушеная в соусе М_290	100.00	35.36	15.68	19.51	2.95	191.74	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.89	9.99	1.61	0.95	20.05	1.18	0.26	0.00	
704	Чаша фруктовая ассорти 202	180.00	10.12	10.80	7.83	61.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.08	18.00	248.92	165.60	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02	
721	Компот из свежих яблок М_342	200.00	7.38	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.80	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00	