

Согласовано:
 Директор
 Дата: 02



Утвердил:
 М.Н. Водопьянов
 Дата: 02.11.2024

Меню

День: понедельник
 Недель: 2 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мкг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
724	Какао с молоком М. 382	200,00	9,12	3,97	3,42	26,06	143,00	0,04	0,16	1,30	0,02	0,01	0,06	125,12	116,20	31,00	0,96	206,36	9,00	2,00	0,03
733	Булгур с маслом сливочным М. 1	40,00	9,58	2,36	8,49	14,95	145,20	0,03	0,02	0,00	0,04	0,13	0,15	8,40	22,50	4,20	0,35	1,50	0,96	1,90	0,00
723	Каши молочная рисовая с маслом М. 174	210,00	16,92	8,10	11,38	39,10	263,28	0,09	0,15	1,30	0,06	0,28	0,20	124,68	157,44	35,64	0,35	181,36	6,62	8,74	0,02
566	Хлеб пшеничный	20,00	1,58	1,52	0,16	9,72	47,60	0,02	0,01	0,06	0,00	0,02	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	0,00	0,64	1,20	0,00
698	Яблоки сладкие порционные	100,00	10,23	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	278,00	2,00	0,30	0,00

Обед

№ рецеп. блюда	Наименование	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал.	Витамины, мкг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Д (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
443	Салат из моркови с яблоком М. 66	100,00	11,46	1,22	0,08	22,04	98,37	0,06	0,06	5,75	1,50	0,37	0,00	01,05	56,54	33,72	0,88	99,45	3,78	0,16	0,06
477	Суп картофельный с горохом и маслом М. 102	250,00	11,11	9,06	8,48	19,55	177,97	0,23	0,07	11,14	0,25	2,41	0,00	00,02	87,32	34,85	2,02	227,10	4,32	2,88	0,00
736	Чай с лимонкой М. 377	200,00	2,82	0,16	0,05	15,20	59,15	0,00	0,00	2,80	0,00	0,01	0,00	2,80	1,54	0,94	0,04	11,41	0,01	0,03	0,00
615	Биточки "Солнышко" сытные с таблеткой соевым М. 50/50	100,00	33,62	12,36	6,95	9,07	210,63	0,01	0,01	1,34	0,03	0,14	0,00	11,06	12,62	3,43	0,16	31,08	1,18	0,26	0,00
704	Каши гречневая рассыпчатая М. 202	180,00	11,21	10,50	7,83	51,54	325,16	0,26	0,14	0,00	0,03	0,74	0,00	18,06	248,90	165,82	5,57	322,42	2,79	4,99	0,02
851	Хлеб дарницкий	40,00	2,44	2,72	0,52	15,28	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