

Согласовано

Утверждаю

Директор

Директор ООО "Сундырь"

Николаева М.А.

на 03 сентября 2024г.



Меню

День: вторник

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп	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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
724	Какао с молоком	200.00	10.25	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	5.07	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
860	Бутерброд с маслом сливочным	55.00	16.67	3.43	9.43	21.47	187.00	0.05	0.03	0.00	0.04	0.15	0.17	11.44	31.90	6.16	0.51	1.65	1.41	2.75	0.00
201	Каша рисовая (вязкая) на молоке	260.00	22.30	7.65	10.82	48.42	319.66	0.07	0.18	1.61	0.06	0.31	0.19	153.93	196.56	45.02	0.70	225.76	11.96	11.05	0.02

Обед

№ рецеп	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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
614	Тефтели рубленые с соусом 60/50	110.00	30.18	6.16	7.90	7.37	118.67	0.02	0.01	1.36	0.03	1.42	0.03	21.05	53.29	10.69	0.79	18.55	1.16	0.20	0.00
851	Хлеб Цивильный	40.00	3.12	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
25	Винегрет овощной	100.00	9.21	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	14.12	5.76	8.99	16.02	144.58	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
704	Каша гречневая рассыпчатая	210.00	12.29	12.25	9.13	60.12	377.91	0.30	0.16	0.00	0.03	0.86	0.11	21.07	290.40	193.45	6.50	376.16	3.26	5.70	0.02
730	Компот из смеси сухофруктов	200.00	6.01	0.57	0.00	32.21	126.05	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

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____