

Согласовано:
Директор

Дата " 202

Утверждаю:
М.Н. Федотова

Дата 09.09.2021



Меню

День: среда
Неделя: 1 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 7 - 11 лет

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) | Se (мкг) | F | |
| 698 | Яблоки свежие порциями | 100.00 | 12.95 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 45.00 | 0.03 | 0.02 | 4.00 | 0.01 | 0.40 | 0.00 | 10.00 | 6.00 | 2.00 | 1.00 | 276.00 | 2.00 | 0.30 | 0.00 |
| 850 | Бутерброд с маслом сливочным 40/10(№1) | 50.00 | 13.44 | 3.12 | 8.57 | 19.52 | 172.00 | 0.04 | 0.02 | 0.00 | 0.04 | 0.14 | 0.15 | 10.40 | 29.00 | 5.60 | 0.46 | 1.50 | 1.28 | 2.50 | 0.00 |
| 744 | Запеканка из творога со сгущ. молочком М_223 | 150.00 | 54.74 | 22.27 | 17.27 | 31.72 | 375.08 | 0.08 | 0.40 | 0.50 | 0.10 | 0.57 | 0.14 | 266.31 | 326.94 | 35.10 | 0.82 | 176.39 | 11.16 | 38.70 | 0.04 |
| 736 | Чай с лимоном М_377 | 200.00 | 2.73 | 0.16 | 0.03 | 15.20 | 59.16 | 0.00 | 0.00 | 2.80 | 0.00 | 0.01 | 0.00 | 2.80 | 1.54 | 0.84 | 0.04 | 11.41 | 0.01 | 0.03 | 0.00 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 30.00 | 2.52 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.40 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.03 | 0.00 | 6.00 | 19.50 | 4.20 | 0.33 | 0.00 | 0.96 | 1.80 | 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) | Se (мкг) | F | |
| 706 | Пюре картофельное 200гр_312 | 200.00 | 25.27 | 5.88 | 10.94 | 26.34 | 238.11 | 0.19 | 0.15 | 6.92 | 0.23 | 0.29 | 0.19 | 50.38 | 110.31 | 37.00 | 1.32 | 772.35 | 11.25 | 1.40 | 0.01 |
| 707 | Компот из изюма_348 | 200.00 | 9.30 | 0.36 | 0.00 | 28.06 | 108.83 | 0.03 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.10 | 0.00 | 15.87 | 25.59 | 8.33 | 0.60 | 164.67 | 0.00 | 0.12 | 0.05 |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 40.00 | 2.58 | 2.72 | 0.52 | 16.28 | 98.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 4.20 | 18.80 | 5.64 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 20.00 | 1.68 | 1.52 | 0.16 | 9.72 | 47.60 | 0.02 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.02 | 0.00 | 4.00 | 13.00 | 2.80 | 0.22 | 0.00 | 0.64 | 1.20 | 0.00 |
| 478 | Суп картофельный с макаронными изделиями М_103 | 200.00 | 10.50 | 5.78 | 4.74 | 16.73 | 123.07 | 0.09 | 0.05 | 17.26 | 0.26 | 1.18 | 0.00 | 21.96 | 54.60 | 22.64 | 0.88 | 309.24 | 3.93 | 0.29 | 0.01 |
| 25 | Винегрет овощной (67) | 60.00 | 5.71 | 0.92 | 6.06 | 4.11 | 77.93 | 0.03 | 0.02 | 7.77 | 0.13 | 2.72 | 0.00 | 15.39 | 24.65 | 11.12 | 0.45 | 66.69 | 1.83 | 0.16 | 0.00 |
| 719 | Рыба запеченная с соусом М_227 | 100.00 | 23.27 | 9.82 | 3.03 | 3.33 | 82.22 | 0.06 | 0.02 | 1.00 | 0.05 | 0.39 | 0.00 | 34.84 | 99.94 | 2.85 | 0.11 | 49.99 | 1.33 | 0.29 | 0.01 |

Полдник