

Сот. Координат:  
Директор  
Дата 2002



Утверждено:  
И.И. Додорова  
М.И. Додорова  
Дата 02.12.2002

Меню

Дни: четверг  
Неделя: 1 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		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	F	
568	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	14.44	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
700	Бутерброд с сыром	50.00	19.30	5.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.48	13.85	0.96	4.03	0.00
889	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М. 176	250.00	21.81	7.99	12.45	40.84	303.20	0.12	0.17	1.63	0.05	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.04	12.52	5.79	0.02
900	Кисель из повидла	200.00	7.86	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.35	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00

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		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	F	
874	Рис отварной 250 гр М. 304	200.00	17.36	4.91	8.14	47.83	266.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.58	0.89	96.79	1.01	30.86	0.00
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.73	0.16	0.03	15.20	89.16	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
881	Хлеб Дарницкий	40.00	2.56	2.72	0.52	15.28	96.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	16.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
909	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	5.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.84	1.30	0.00
815	Биточки "Солнеч" с томатным соусом 50/50	100.00	33.22	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.06	1.18	0.28	0.00
429	Салат из свеклы отварной М. 52	100.00	4.83	1.35	6.08	7.87	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
711	Щи из свеклы капуста с картофелем со сметаной 250/5	355.00	13.15	4.85	8.94	8.26	122.72	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	60.06	21.88	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01