

Согласовано  
Директор

Дата: 202



Утверждено:  
М.Н. Федотова  
18.09.2024

Меню

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

Завтрак

№ рецепта	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)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F							
999	Яблоки свежие	100.00	10.80	0.40	0.40	13.81	0.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.03	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
680	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(№1)	50.00	13.36	3.12	8.57	16.52	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.15	10.40	29.00	5.60	0.48	1.50	1.28	2.50	0.00						
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М 223	150.00	61.87	22.27	17.27	31.72	375.08	0.08	0.43	0.50	0.10	0.57	0.14	280.31	326.94	35.10	0.82	178.99	11.16	38.70	0.04						
736	Чай с лимоном М 372	200.00	2.58	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00						
560	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	0.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00						

Обед

№ рецепта	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)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F							
706	Гречка картофельная 200гр 212	200.00	20.77	5.66	10.94	26.34	238.11	0.10	0.18	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 яблок 348	200.00	9.30	0.36	0.00	26.06	108.63	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						
661	Хлеб дрожжевой	40.00	2.58	2.72	0.32	18.28	98.00	0.00	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00						
669	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.80	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	8.90	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.05	17.29	0.26	1.18	0.00	21.96	54.60	22.64	0.66	309.24	3.93	0.26	0.01						
25	Винегрет овощной (67)	60.00	5.34	0.92	6.06	4.11	77.83	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.36	24.85	11.12	0.45	68.69	1.83	0.16	0.00						
719	Рыба копченая с соусом М 227	100.00	23.23	9.62	3.03	3.33	82.22	0.00	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						