



УТВЕРЖДАЮ:
М.И. Седатова
Дата: 28.01.2024 г.

Меню

День: вторник
Неделя: 1 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№	Наименование блюда	Вес порция, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Na (мг)	F	
724	Каша с молоком М 382	200.00	8.71	3.97	3.42	28.08	143.00	0.04	0.16	1.20	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.26	9.00	2.00	0.03
828	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом 250 (250/10)	200.00	18.00	9.84	14.82	36.92	329.18	0.22	0.20	1.81	0.08	0.95	0.21	177.49	286.80	96.15	2.07	182.54	13.54	18.10	0.02
809	Булочка с повидлом	55.00	10.81	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.80	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
868	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.02	0.00	0.04	0.00	8.00	28.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00

Обед

№	Наименование блюда	Вес порция, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белок	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мг)	Na (мг)	F	
851	Хлеб бородинский	80.00	3.86	4.08	0.78	24.42	147.00	0.02	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	28.44	8.46	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00
818	Тертые клубники со сметанным соусом 80/50	110.00	33.30	7.82	5.43	11.03	118.45	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.86	12.52	3.42	0.16	31.08	1.18	0.29	0.00
842	Салат из моркови с яблоком М 66	100.00	11.49	1.22	0.08	22.04	59.37	0.06	0.08	9.75	1.50	0.37	0.00	31.05	58.54	33.72	0.88	89.45	3.76	0.18	0.06
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	13.78	5.02	6.93	14.37	138.91	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.08	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	6.51	10.50	7.83	51.54	325.78	0.28	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	18.06	248.62	185.82	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02
736	Чай с лимоном М 377	200.00	2.77	0.16	0.03	15.20	59.18	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.02	0.00