

Согласовано

Директор

на 04 декабря 2024г.



Меню

День: среда

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

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 | | B1 | B2 | C | A | E | D (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 717 | Каша молочная пшеничная с маслом | 210.00 | 21.91 | 8.74 | 12.49 | 43.87 | 320.30 | 0.19 | 0.15 | 1.30 | 0.06 | 0.25 | 0.20 | 134.54 | 207.40 | 54.94 | 1.46 | 245.00 | 11.25 | 3.45 | 0.02 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 40.00 | 4.57 | 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 |
| 605 | Груша порциями | 100.00 | 26.00 | 0.40 | 0.30 | 9.50 | 42.00 | 0.02 | 0.03 | 5.00 | 0.00 | 0.40 | 0.00 | 19.00 | 16.00 | 12.00 | 2.30 | 155.00 | 1.00 | 0.10 | 0.01 |
| 597 | Чай с фруктовым соком | 200.00 | 8.25 | 0.54 | 0.10 | 8.58 | 33.00 | 0.00 | 0.00 | 1.38 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| 402 | Сыр | 30.00 | 25.18 | 6.90 | 7.17 | 0.00 | 108.00 | 0.01 | 0.09 | 0.21 | 0.08 | 0.15 | 0.29 | 264.00 | 150.00 | 10.50 | 0.30 | 26.40 | 0.00 | 4.35 | 0.00 |

85=91

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 | | B1 | B2 | C | A | E | D (мкг) | Ca | P | Mg | Fe | K (мкг) | Se (мкг) | F | |
| 731 | Салат из квашенной капусты | 100.00 | 13.83 | 1.60 | 4.99 | 7.68 | 83.39 | 0.02 | 0.02 | 25.30 | 0.00 | 2.30 | 0.00 | 41.98 | 30.91 | 14.36 | 0.57 | 14.60 | 0.30 | 0.05 | 0.00 |
| 755 | Компот из чернослива | 200.00 | 8.02 | 0.34 | 0.00 | 23.65 | 92.81 | 0.00 | 0.01 | 0.45 | 0.00 | 0.27 | 0.00 | 11.89 | 12.33 | 15.16 | 0.45 | 128.39 | 0.08 | 0.04 | 0.00 |
| 851 | Хлеб Цивильный | 50.00 | 3.84 | 3.40 | 0.65 | 20.35 | 122.50 | 0.03 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 5.25 | 23.70 | 7.05 | 0.58 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |
| 611 | Плов из филе птицы | 250.00 | 49.05 | 20.82 | 25.96 | 64.26 | 468.37 | 0.08 | 0.04 | 7.01 | 0.33 | 6.22 | 0.00 | 22.66 | 116.73 | 41.97 | 1.11 | 72.61 | 2.18 | 10.59 | 0.01 |
| 817 | Суп картофельный с вермишелью | 250.00 | 13.03 | 6.28 | 5.74 | 22.74 | 148.68 | 0.11 | 0.06 | 14.85 | 0.28 | 1.38 | 0.00 | 15.20 | 63.50 | 24.05 | 0.98 | 346.55 | 4.70 | 0.36 | 0.00 |

Директор: Голышников С.В.

Повар: _____

87277
173=68