

Согласовано

Директор

на 12 декабря 2024г.



Меню

День: четверг

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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
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
609	Бутерброд с повидлом	55.00	12.42	2.40	4.39	27.11	156.70	0.05	0.02	0.10	0.02	0.44	0.08	10.90	29.40	11.30	0.87	0.75	0.96	1.85	0.00
923	Каша вязкая манная с маслом	260.00	26.70	11.97	11.39	56.36	368.78	0.14	0.31	2.70	0.07	0.91	0.20	259.78	234.62	38.86	0.78	508.48	18.72	20.50	0.04
697	Кофейный напиток с молоком	200.00	11.23	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02

54 = 92

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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной	100.00	4.54	1.35	6.08	7.87	89.85	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 свежей капусты с картофелем со сметаной	255.00	13.66	5.42	8.94	10.04	126.92	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01
592	Макаронные изделия отварные	200.00	11.59	7.05	6.50	42.30	260.59	0.07	0.03	0.00	0.03	1.09	0.10	5.42	50.54	9.02	1.06	90.68	1.02	0.07	0.00
712	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
571	Хлеб ржанопшеничный	40.00	3.07	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00
626	Гуляш	100.00	78.58	15.86	7.64	4.49	155.25	0.05	0.11	1.86	0.04	2.69	0.00	13.70	159.84	26.60	2.53	293.54	6.02	0.17	0.05

Директор: Голышникова С.В.

119 = 46

Повар:

174 = 38

697	Кофейный напиток с молоком	200.00	11.23	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
923	Каша вязкая манная с маслом	260.00	26.70	11.97	11.39	56.36	368.78	0.14	0.31	2.70	0.07	0.91	0.20	259.78	234.62	38.86	0.78	508.48	18.72	20.50	0.04
429	Салат из свеклы отварной	100.00	4.54	1.35	6.08	7.87	89.85	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 свежей капусты с картофелем со сметаной	255.00	13.66	5.42	8.94	10.04	126.92	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01
592	Макаронные изделия отварные	200.00	11.59	7.05	6.50	42.30	260.59	0.07	0.03	0.00	0.03	1.09	0.10	5.42	50.54	9.02	1.06	90.68	1.02	0.07	0.00
712	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
571	Хлеб ржанопшеничный	40.00	3.07	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00
626	Гуляш	100.00	78.58	15.86	7.64	4.49	155.25	0.05	0.11	1.86	0.04	2.69	0.00	13.70	159.84	26.60	2.53	293.54	6.02	0.17	0.05

Директор: Голышникова С.В.

Повар: