



Согласовано:
Директор
Дата 18.12.2024



Утверждаю:
М.И. Федотов
Дата 18.12.2024

Меню

Дата 18.12.2024

День: среда
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование	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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F				
999	Яблоки свежие	100.00	7.80	0.40	0.40	9.80	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	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
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.74	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00		
392	Бутерброд с сыром	50.00	22.09	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00			
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М_173	210.00	22.25	8.74	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.08	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02			
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.19	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

163,09

Обед

№ рецеп. блюда	Наименование	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	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F				
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	23.52	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	5.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01			
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.58	0.16	0.03	15.20	59.16	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			
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.88	2.72	0.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00			
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М_103	250.00	12.84	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02			
25	Винегрет овощной (67)	100.00	11.28	1.54	10.11	6.88	129.88	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.85	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00			
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100.00	20.26	7.66	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.08	2.84	1.08	0.00			

115,23