Согласовано:
Директор:
Дата: 23 12 2024

Утверждаю:
Дата: 23 12 2024

Меню

Дата: 23 12 2024

День: понедельник
Неделя: 1 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	I (мкг)	Se (мкг)	F
998	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
401	Масло (порциями) М_14	10.00	11.46	0.08	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.00	0.00	0.10	0.00
717	Каша молочная пшенная с маслом 200/10 М_173	210.00	22.25	8.74	12.49	43.87	322.28	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.40	248.00	11.25	3.40	0.02
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	10.96	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	50.00	14.00	0.10	140.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	50.00	5.02	4.56	0.48	29.16	142.80	0.07	0.02	0.00	0.00	0.08	0.00	12.00	39.00	6.40	0.88	0.00	1.92	3.60	0.00

58,12

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	I (мкг)	Se (мкг)	F
818	Котлета "Аллапитная" с томатным соусом 50/50	100.00	36.10	7.63	8.34	1.07	136.68	0.01	0.00	0.00	0.09	0.76	0.02	6.01	16.36	9.65	0.45	4.46	0.18	0.09	0.02
873	Макароны отварные М_339 200 гр	200.00	11.96	8.03	6.52	43.61	268.43	0.07	0.00	0.00	0.03	1.12	0.16	5.54	52.04	8.30	1.09	93.45	1.08	0.07	0.00
697	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	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	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	16.80	5.64	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
732	Салат из белокочанной капусты М_45	100.00	4.41	1.48	5.08	9.98	88.07	0.03	0.04	30.31	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
728	Суп картофельный с горохом М_102	250.00	12.94	8.38	8.30	18.50	173.15	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	37.88	38.42	2.00	247.10	4.42	2.88	0.01

177,37