



Инициалы
М.И. Вадатовой
Дата ДУ 12.2024

Меню

Дата 24.12.2024

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

№	Наименование продукта	Вес, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Са	P	Mg	K	Na	Cl	Zn	Fe	
																						г
724	Какао с маслом № 282	200.00	11.20	3.97	3.42	26.08	142.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	115.20	21.20	0.28	200.30	0.00	2.00	0.00	
923	Каша молочная из овсяной крупы с маслом 280 (250/10)	260.00	25.40	9.04	14.62	39.62	324.18	0.22	0.20	1.51	0.08	0.21	177.40	255.50	65.15	2.07	162.50	13.54	18.16	0.00		
609	Пюре/брод с повидлом	65.02	12.92	2.40	4.26	27.68	156.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.02	0.08	10.00	22.80	5.60	0.00	0.75	0.26	1.05	0.00	
565	Хлеб пшеничный	40.00	3.74	3.24	0.32	16.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	20.00	5.60	0.44	0.00	1.25	2.40	0.00	
Снед																						
№	Наименование продукта	Вес, г	Цена, руб	Пищевые в-ва, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Са	P	Mg	K	Na	Cl	Zn	Fe	
																						г
818	Торт/пирог с клубиком 60/50	110.00	34.66	7.02	6.48	11.00	116.45	0.01	0.01	1.34	0.00	0.14	0.00	11.00	12.92	3.42	2.16	31.28	1.18	0.28	0.00	
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	12.62	10.50	7.83	61.54	325.10	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	16.00	248.02	165.65	5.57	322.40	2.79	4.49	0.00	
730	Чай с лимоном М 277	200.00	2.56	3.18	0.03	15.20	59.18	0.00	0.00	2.60	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.00	0.00	
581	Хлеб отрубной	60.00	4.32	4.08	0.79	24.42	147.00	0.09	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	28.20	8.48	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
561	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	1.52	0.16	6.72	47.00	0.02	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	4.00	13.00	2.90	0.23	0.08	0.84	1.20	0.00	
434	Салат из моркови с яблоком М 59	160.00	6.78	1.07	0.17	6.30	50.58	0.00	0.00	4.75	1.60	0.40	0.00	32.75	43.20	20.00	0.77	66.53	4.25	3.16	0.04	
702	Сырчик с картошкой по сметаной 2905	255.00	15.71	5.02	8.03	14.37	138.91	0.05	0.05	12.35	0.27	0.50	0.00	45.01	51.75	28.33	1.24	194.00	1.87	0.51	0.01	

24/1