



Утверждаю:  
 М.И. Федотов  
 Дата 08.02.2027

Меню

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

Завтрак

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг						Минеральные в-ва, мг*							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
900	Кисель из повидла	200.00	7.72	0.07	0.00	28.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	6.38	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00
302	Бутерброд с сыром	50.00	17.50	6.70	7.95	14.82	163.20	0.04	0.05	0.10	0.05	0.16	0.22	139.20	98.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
888	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М. 175	250.00	17.11	7.59	12.45	40.84	303.30	0.12	0.17	1.53	0.06	0.24	0.21	188.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.76	0.02
509	Хлеб пшеничный	40.00	3.17	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	25.00	5.00	0.44	0.00	1.26	2.40	0.00

Обед

№ рецеп. блюда	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мкг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	98.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.64	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	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
616	Естонки "Сочные" со сметанным соусом 50/50 с томатом	100.00	33.38	12.38	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.00	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
592	Макаронные изделия отварные М. 309	180.00	7.24	7.01	5.85	38.07	235.79	0.08	0.02	0.00	0.00	0.98	0.09	4.86	45.45	8.12	0.95	81.61	0.92	0.06	0.00
429	Салат из свеклы отварной М. 52	100.00	4.02	1.35	6.08	7.67	91.05	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 250/5	255.00	11.10	4.85	8.94	8.25	122.72	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.26	0.35	0.01