



Меню

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

Завтрак

№ рецеп.	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)	Se (мкг)	F	
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.71	3.97	3.42	29.06	143.00	0.04	0.16	0.20	0.02	0.01	0.06	125.12	116.20	31.00	0.96	209.36	9.00	2.00	0.03
733	Бутерброд с маслом сливочным М_1	40.00	9.58	2.36	8.49	14.65	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.16	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.90	1.90	0.00
723	Каша молочная рисовая с иваслом М_174	210.00	17.28	6.10	11.38	39.10	283.28	0.06	0.15	1.30	0.06	0.28	0.20	124.68	157.44	35.64	0.55	181.38	9.62	8.74	0.02
508	Хлеб пшеничный	20.00	1.58	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.30	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	9.27	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00

Обед

№ рецеп.	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)	Se (мкг)	F	
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100.00	12.89	1.22	0.08	22.04	98.37	0.06	0.08	5.78	1.50	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.86	99.45	3.76	0.16	0.06
477	Суп картофельный с бобовыми М_102	250.00	10.11	9.09	8.46	19.56	177.97	0.23	0.07	11.14	0.25	2.41	0.00	30.02	87.32	34.85	2.02	227.10	4.32	2.86	0.00
738	Чай с лимонном М_377	200.00	2.77	0.18	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
818	Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50	100.00	33.38	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша пшеничная рассыпчатая М_302	180.00	9.52	10.50	7.83	51.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.00	18.06	248.92	165.82	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02
851	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	5.84	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00