



Меню

День: понедельник
 Неделя: 2 неделя
 Сезон:
 Возрастная группа: 7 - 11 лет

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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
750	Каша молочная рисовая 150/6 М. 174	155.00	11.12	4.56	6.47	29.05	192.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	92.91	117.33	26.73	0.41	135.66	7.21	6.53	0.01
724	Какао с молоком М. 382	200.00	8.71	3.97	3.42	26.09	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
699	Хлеб пшеничный	20.00	1.98	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
898	Яблоки свежие порциями	100.00	9.27	0.40	0.40	9.31	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	276.00	2.00	0.30	0.00
733	Бутерброд с маслом сливочным М. 1	40.00	9.58	2.36	8.49	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	6.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
443	Салат из моркови с изюмом М. 66	60.00	7.81	0.73	0.05	13.22	59.02	0.04	0.04	3.45	0.90	0.22	0.00	18.63	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
710	Компот из бураги 348	200.00	10.23	1.08	0.00	3.33	124.16	0.02	0.04	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.66	353.77	0.70	0.45	0.00
615	Биточки "Сочные" со сметанным соусом 50/50	100.00	33.38	12.39	5.95	6.07	210.83	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.16	0.28	0.00
477	Суп картофельный с бобовыми М. 102	200.00	8.09	7.27	6.77	15.64	142.38	0.18	0.05	8.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.88	1.61	181.68	3.46	2.31	0.00
746	Каша гречневая рассыпчатая с маслом 150/6 М. 302	155.00	7.72	8.68	6.31	42.64	287.44	0.21	0.11	0.00	0.02	0.61	0.08	14.90	205.90	137.20	4.61	265.75	2.31	4.04	0.01
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	6.28	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

Полдник

№ 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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
623	Ватрушка с повидлом 70гр ПК	70.00	6.14	4.06	1.89	44.03	209.30	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	0.00
898	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	276.00	2.00	0.30	0.00
738	Чай с лимонном М. 377	200.00	2.77	0.16	0.02	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