

Меню на 04 марта 2024 г.

День: понедельник

Неделя: вторая

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 | | В1 | В2 | С | А | Е | D(мкг) | Ca | P | Mg | Fe | К | I(мкг) | Se(мкг) | F |
| 723 | Каша молочная рисовая с маслом М_174 | 210.00 | 18.01 | 6.10 | 11.38 | 39.10 | 281.28 | 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 |
| 569 | Хлеб пшеничный | 40.00 | 3.30 | 3.04 | 0.32 | 19.44 | 95.20 | 0.04 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.04 | 0.00 | 8.00 | 26.00 | 5.60 | 0.44 | 0.00 | 1.28 | 2.40 | 0.00 |
| 609 | Бутерброд с повидлом | 55.00 | 10.64 | 2.40 | 4.39 | 27.11 | 156.70 | 0.05 | 0.02 | 0.10 | 0.02 | 0.44 | 0.08 | 10.90 | 29.40 | 11.30 | 0.87 | 0.75 | 0.96 | 1.85 | 0.00 |
| 724 | Какао с молоком М_382 | 200.00 | 8.89 | 3.97 | 3.42 | 26.08 | 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 |
| 698 | Яблоки свежие порциями | 100.00 | 13.23 | 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 |

Итого 54 руб. 07 коп.

| 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 | | В1 | В2 | С | А | Е | D(мкг) | Ca | P | Mg | Fe | К | I(мкг) | Se(мкг) | F |
| 443 | Салат из моркови с изюмом М_66 | 100.00 | 10.56 | 1.22 | 0.08 | 22.04 | 90.87 | 0.06 | 0.06 | 5.75 | 1.50 | 0.37 | 0.00 | 31.05 | 56.54 | 33.72 | 0.88 | 99.45 | 3.76 | 0.16 | 0.06 |
| 936 | Суп картофельный с горохом мясом | 260.00 | 10.08 | 9.02 | 3.49 | 20.35 | 150.71 | 0.31 | 0.51 | 14.33 | 0.46 | 1.47 | 0.00 | 36.11 | 91.39 | 37.88 | 2.13 | 256.98 | 4.60 | 3.00 | 0.01 |
| 870 | Макароны отварные М_309 200 гр | 220.00 | 8.91 | 7.99 | 7.17 | 47.97 | 293.73 | 0.08 | 0.03 | 0.00 | 0.03 | 1.23 | 0.12 | 6.09 | 57.24 | 10.23 | 1.20 | 102.79 | 1.15 | 0.08 | 0.00 |
| 1013 | Голубцы с томатным соусом | 140.00 | 33.69 | 8.79 | 9.68 | 9.09 | 158.83 | 0.02 | 0.00 | 4.35 | 0.07 | 0.85 | 0.00 | 2.96 | 8.40 | 5.06 | 0.24 | 4.45 | 0.18 | 0.09 | 0.00 |
| 710 | Компот из кураги_348 | 200.00 | 11.47 | 1.08 | 0.00 | 31.33 | 124.18 | 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 |
| 851 | Хлеб Дарницкий | 40.00 | 2.37 | 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 |

Итого 77 руб. 08 коп.