



Меню

Завтрак

№ рецепта	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	
696	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
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М. 223	150.00	47.44	22.27	17.27	31.72	375.06	0.08	0.40	0.50	0.10	0.57	0.14	286.31	326.94	35.10	0.82	176.39	11.16	38.70	0.04
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	0.16	0.03	16.20	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
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.36	2.26	0.24	14.56	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	6.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.90	0.00
660	Бутерброд с маслом сливочным 40/10(Нет)	60.00	10.37	3.12	8.57	19.52	172.00	0.04	0.02	0.00	0.04	0.14	0.16	10.40	29.00	5.90	0.46	1.50	1.26	2.50	0.00

Обед

№ рецепта	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	
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103	200.00	9.27	5.78	4.74	16.73	123.07	0.09	0.05	17.26	0.26	1.16	0.00	21.96	54.60	22.64	0.88	309.24	3.93	0.29	0.01
719	Рыба припущенная с соусом сметанным М. 227	100.00	25.52	9.82	3.03	3.33	82.22	0.06	0.02	1.00	0.05	0.39	0.00	34.84	99.94	2.85	0.11	49.99	1.33	0.29	0.01
706	Гюле картофельное 200gr. 312	200.00	16.02	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
29	Винегрет овощной (67)	60.00	4.96	0.92	6.06	4.11	77.93	0.03	0.02	7.77	0.13	2.72	0.00	15.39	24.65	11.12	0.46	66.89	1.83	0.16	0.00
707	Комлот из мяса 348	200.00	10.12	0.36	0.00	26.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.06
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	16.28	96.00	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

№ рецепта	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		
666	Пирожки печеные с картофелем из дрожжевого теста 70gr ПК	70.00	4.20	5.20	3.74	26.70	186.17	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	0.00
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	0.16	0.03	16.20	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	
696	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	