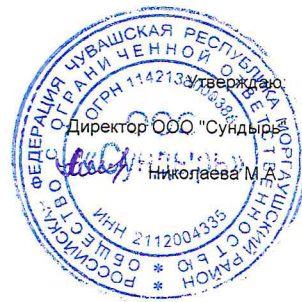


Согласовано

на 26 февраля 2024 г.



Меню

День: понедельник

Неделя:

Сезон:

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
610	Яблоки (порциями)	100.00	12.95	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
402	Сыр (порциями) M_15	25.00	17.54	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 M_173	210.00	15.29	8.74	12.49	43.87	320.30	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	8.57	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.89	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

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
613	Котлеты рубленые с томатным соусом 50/50	100.00	38.78	5.74	7.21	15.66	112.91	0.51	0.00	11.05	0.14	1.64	0.00	17.76	64.64	21.98	1.33	4.45	0.18	0.09	0.00
739	Салат из белокочанной капусты M_45	100.00	3.42	1.48	5.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01
726	Суп картофельный с горохом M_102	250.00	9.79	8.78	8.30	21.78	177.39	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	36.42	2.05	247.10	4.43	2.88	0.01
870	Макаронные отварные M_309 200 гр	200.00	9.31	7.26	6.52	43.61	267.03	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.77	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	3.07	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

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____

Согласовано

на 26 февраля 2024 г.



Меню

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

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
610	Яблоки (порциями)	100.00	12.95	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
402	Сыр (порциями) M_15	25.00	17.54	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
741	Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 M_173	155.00	9.61	6.48	7.31	32.06	218.12	0.14	0.11	0.97	0.04	0.16	0.11	100.18	153.66	40.80	1.07	182.40	8.41	2.55	0.01
697	Кофейный напиток с молоком_379	200.00	8.57	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.89	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

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
613	Котлеты рубленные с томатным соусом 50/50	100.00	38.78	5.74	7.21	15.66	112.91	0.51	0.00	11.05	0.14	1.64	0.00	17.76	64.64	21.98	1.33	4.45	0.18	0.09	0.00
739	Салат из белокачанной капусты M_45	60.00	2.05	0.89	3.05	5.39	51.64	0.02	0.02	21.60	0.12	1.39	0.00	24.34	17.98	9.85	0.33	142.02	1.72	0.15	0.01
726	Суп картофельный с горохом M_102	200.00	7.83	7.02	6.64	17.42	141.91	0.18	0.05	10.98	0.22	1.96	0.00	27.78	70.30	29.14	1.64	197.68	3.54	2.31	0.01
871	Макароны отварные M_309 150 гр	200.00	9.02	7.19	6.24	43.19	262.49	0.07	0.03	0.00	0.03	1.11	0.10	5.42	51.46	9.21	1.08	92.52	1.04	0.07	0.00
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.77	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	3.07	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

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____

Согласовано

на 26 февраля 2024 г.



Меню

День: понедельник

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 3 - 7 лет

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	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
757	Каша пшеничная жидкая с маслом 150/5 М_199	155.00	9.21	5.59	7.04	28.29	196.58	0.12	0.10	0.94	0.03	0.14	0.11	94.75	134.85	34.63	0.88	164.37	7.83	2.30	0.01
760	Чай с сахаром 180/10 (с 3-7 лет) № 411	200.00	1.36	0.07	0.02	11.10	42.11	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
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.89	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

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	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
764	Рыба припущенная с овощами (3-7 лет) № 258	110.00	23.04	6.97	1.49	8.73	58.34	0.05	0.07	0.87	0.48	0.55	0.22	35.88	86.21	18.54	0.38	184.54	58.26	9.78	0.30
851	Хлеб Дарницкий	30.00	2.30	2.04	0.39	12.21	73.50	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.15	14.22	4.23	0.35	0.00	0.00	0.00	0.00
805	Салат из белокочанной капусты 50г (д/ш) №21	60.00	2.23	0.90	3.05	5.41	51.77	0.02	0.02	21.85	0.12	1.39	0.00	24.60	18.14	9.94	0.33	143.64	1.74	0.15	0.01
925	Бульон из кур с гречками д/ш	200.00	15.89	8.05	5.79	1.53	76.39	0.07	0.08	0.48	0.12	0.18	0.00	14.23	82.75	18.24	0.55	66.00	2.15	4.42	0.00
798	Рис отварной 120г(д/ш) №179	150.00	10.84	3.65	6.10	35.57	198.93	0.03	0.02	0.00	0.03	0.28	0.10	2.61	61.47	19.01	0.52	42.25	0.75	8.15	0.00
780	Компот из сухофруктов 180г(д/ш)	200.00	3.74	0.46	0.00	25.77	100.84	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
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.83	2.28	0.24	14.58	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	1.80	0.00

Полдник

№ 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	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
915	Омлет натуральный 150 г	100.00	32.67	9.39	16.68	1.91	193.94	0.05	0.36	0.35	0.23	0.53	1.72	73.22	161.80	12.13	1.80	138.63	2.40	22.14	0.01
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.42	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00
783	Простакваша 150г(д/ш) №420	180.00	16.80	5.04	4.50	19.80	91.19	0.05	0.00	1.80	36.00	0.00	0.00	212.40	172.80	28.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____

Согласовано

на 26 февраля 2024 г.



Меню

День: понедельник
Неделя:
Сезон:
Возрастная группа: 1 - 3 лет

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
757	Каша пшеничная жидкая с маслом 150/5 М_199	155.00	9.21	5.59	7.04	28.29	196.58	0.12	0.10	0.94	0.03	0.14	0.11	94.75	134.85	34.63	0.88	164.37	7.83	2.30	0.01
761	Чай с сахаром 150/10(с1-3 лет) № 411	150.00	0.87	0.04	0.01	6.99	26.53	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
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.42	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00

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		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
804	Салат из белокочанной капусты 40г (д/ш)	40.00	1.48	0.59	2.03	3.59	34.43	0.01	0.02	14.40	0.08	0.93	0.00	16.23	11.98	6.57	0.22	94.68	1.15	0.10	0.01
925	Бульон из кур с гречками д/ш	200.00	15.89	8.05	5.79	1.53	76.39	0.07	0.08	0.48	0.12	0.18	0.00	14.23	82.75	18.24	0.55	66.00	2.15	4.42	0.00
798	Рис отварной 120г(д/ш) №179	110.00	7.95	2.68	4.47	26.09	145.88	0.02	0.02	0.00	0.02	0.21	0.07	1.91	45.07	13.94	0.38	30.98	0.55	5.98	0.00
765	Рыба припущенная с овощами(с 1-7 лет) № 258	75.00	27.48	5.07	0.88	6.01	38.16	0.03	0.05	0.59	0.38	0.40	0.17	23.69	61.56	13.50	0.27	132.84	43.51	7.29	0.23
780	Компот из сухофруктов 180г(д/ш)	150.00	2.81	0.34	0.00	19.33	75.63	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
569	Хлеб пшеничный	30.00	2.83	2.28	0.24	14.58	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	1.80	0.00
851	Хлеб Дарницкий	30.00	2.30	2.04	0.39	12.21	73.50	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.15	14.22	4.23	0.35	0.00	0.00	0.00	0.00

Полдник

№ рец	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
916	Омлет натуральный 130 гр	100.00	33.52	9.43	17.44	1.82	200.85	0.05	0.36	0.32	0.23	0.55	1.75	71.42	161.72	11.94	1.82	136.86	2.22	22.34	0.00
569	Хлеб пшеничный	15.00	1.42	1.14	0.12	7.29	35.70	0.02	0.00	0.00	0.00	0.02	0.00	3.00	9.75	2.10	0.17	0.00	0.48	0.90	0.00
783	Простакваша 150г(д/ш) №420	150.00	14.00	4.20	3.75	16.50	75.99	0.04	0.00	1.50	30.00	0.00	0.00	177.00	144.00	24.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Директор: Николаева М.А.

Повар: _____