



Составлена:
Инициатор: *Н.И. Федотова*
Дата: 2024

Дата: 2024
Инициатор: *Н.И. Федотова*
Составлена:
Возрастная группа: 7 - 11 лет



Утверждаю:
И.И. Федотова
М.П. 2024

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 | | |
| 369 | Бутерброд с сыром | 50.00 | 17.50 | 6.70 | 7.95 | 14.62 | 163.80 | 0.04 | 0.06 | 0.10 | 0.06 | 0.18 | 0.22 | 139.20 | 96.00 | 8.45 | 0.49 | 13.95 | 0.96 | 4.03 | 0.00 | |
| 741 | Каша молочная пшеничная с маслом 150/5 М 173 | 155.00 | 9.50 | 6.48 | 7.31 | 32.06 | 219.11 | 0.14 | 0.11 | 0.97 | 0.04 | 0.16 | 0.11 | 100.18 | 153.98 | 40.80 | 1.07 | 182.40 | 8.41 | 2.55 | 0.01 | |
| 597 | Чай с фруктовым соком | 200.00 | 6.72 | 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 | 0.00 |
| 586 | Хлеб пшеничный | 40.00 | 3.17 | 3.04 | 0.32 | 19.44 | 95.20 | 0.04 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.04 | 0.00 | 8.00 | 28.00 | 5.60 | 0.44 | 0.00 | 1.28 | 2.40 | 0.00 | |
| 608 | Яблоки свежие порциями | 100.00 | 9.27 | 0.40 | 0.40 | 9.60 | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|--|---------------|---------|-----------------|-------|----------|------------------------|--------------|------|-------|------|------|---------|----------------------|--------|-------|------|---------|----------|------|------|
| № 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 | |
| 476 | Суп картофельный с макаронными изделиями М 103 | 200.00 | 8.20 | 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 | 0.86 | 308.24 | 3.93 | 0.29 | 0.01 |
| 25 | Винегрет овощной (67) | 80.00 | 5.06 | 0.82 | 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 | 66.69 | 1.83 | 0.15 | 0.00 |
| 732 | Котлеты рыбные с соусом 50/50 М 234 | 100.00 | 18.80 | 7.66 | 5.91 | 11.85 | 137.08 | 0.06 | 0.04 | 0.61 | 0.04 | 2.57 | 0.01 | 45.00 | 102.83 | 8.77 | 0.42 | 50.06 | 2.64 | 1.08 | 0.00 |
| 706 | Пюре картофельное 200гр 312 | 200.00 | 16.02 | 5.88 | 10.94 | 26.34 | 238.11 | 0.19 | 0.15 | 6.92 | 0.23 | 0.26 | 0.19 | 50.38 | 110.31 | 37.00 | 1.32 | 772.35 | 11.25 | 1.40 | 0.01 |
| 750 | Компот из черносмородиновой М 348 | 200.00 | 7.94 | 0.34 | 0.00 | 23.65 | 92.81 | 0.00 | 0.01 | 0.45 | 0.00 | 0.27 | 0.00 | 11.89 | 12.33 | 15.16 | 0.45 | 128.39 | 0.08 | 0.04 | 0.00 |
| 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 | 5.64 | 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 | |
| 738 | Чай с лимоном М 377 | 200.00 | 2.77 | 0.16 | 0.03 | 15.20 | 59.16 | 0.00 | 0.00 | 2.60 | 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 | 2.38 | 2.28 | 0.24 | 14.58 | 71.40 | 0.03 | 0.01 | 0.00 | 0.00 | 0.03 | 0.00 | 8.00 | 19.50 | 4.20 | 0.33 | 0.00 | 0.96 | 1.80 | 0.00 |
| 917 | Запеканка из творога 130 г с молочным соусом | 130.00 | 34.04 | 18.13 | 6.49 | 19.86 | 214.13 | 0.06 | 0.28 | 0.70 | 0.06 | 0.28 | 0.18 | 126.97 | 112.05 | 16.87 | 0.43 | 187.79 | 10.01 | 31.01 | 0.03 |