



Меню

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

Завтрак																					
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	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	
750	Наше молочная рисовая 150г/М. 174	150.00	11.12	4.55	6.47	29.05	192.33	0.04	0.11	0.97	0.04	0.18	0.11	92.91	117.35	28.73	0.41	135.98	7.21	6.53	0.01
724	Кавказ с молоком М. 362	200.00	8.71	3.97	3.42	28.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	118.20	31.00	0.98	208.36	9.00	2.00	0.03
509	Хлеб пшеничный	20.00	1.58	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.50	0.22	0.00	0.54	1.20	0.00
608	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
735	Булочка с маслом сливочным М. 1	40.00	9.58	2.36	8.49	14.68	148.28	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.95	1.90	0.00

Обед																					
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	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	
443	Салат из корня в кавказ М. 68	80.00	7.61	0.73	0.05	13.22	58.02	0.04	0.04	3.45	0.20	0.00	0.00	18.03	33.92	20.23	0.53	59.67	2.25	0.10	0.04
710	Компот из фруктов 348	200.00	10.23	1.08	0.00	31.33	124.18	0.02	0.04	0.65	0.12	1.14	0.00	33.08	90.18	21.71	0.68	353.77	0.70	0.45	0.00
615	Витамин "Сочный" со сметаной с тономат соусом 80/50	100.00	33.38	12.59	5.95	8.07	210.60	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.05	12.52	3.43	0.18	34.08	1.18	0.29	0.00
477	Суп картофельный с фасолью М. 102	200.00	8.09	7.27	6.77	15.64	142.38	0.18	0.05	0.91	0.20	1.93	0.00	24.02	69.86	27.88	1.81	181.68	3.48	2.31	0.00
746	Жидкая гречневая рассыпчатая с маслом 150г/М. 302	150.00	7.72	8.88	6.31	42.64	267.44	0.21	0.11	0.00	0.02	0.81	0.08	14.90	205.90	137.20	4.81	286.75	2.31	4.04	0.01
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.44	2.72	0.52	10.28	68.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.96	5.84	0.47	0.00	0.60	0.00	0.00

Полдник																					
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, руб	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	
625	Веттушка с плавленым 70г/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
698	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
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.77	0.16	0.03	15.20	58.16	0.00	0.00	2.50	0.00	0.01	0.00	2.80	1.50	0.64	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00