



Меню

Дата 16.01.2005

День: четверг
Неделя: 2 неделя
Сезон:
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	Дата	Пищевые в.в., г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в.в., мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
724	Каша с молоком М. 302	200.00	11.20	3.87	3.42	26.00	143.00	0.04	0.18	1.30	0.00	0.01	0.02	125.12	110.20	31.00	0.86	20.20	8.00	0.00	0.00
908	Хлеб пшеничный	50.00	4.69	3.80	0.40	24.00	119.00	0.05	0.01	0.20	0.00	0.00	0.00	10.00	23.00	7.00	0.31	0.02	1.80	0.60	0.30
909	Яблоко свежее	100.00	7.80	0.40	0.40	9.90	32.00	0.02	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
870	Макарон отварные М. 309 200 гр	200.00	11.08	6.03	6.52	42.61	268.43	0.07	0.08	0.00	0.03	1.12	0.10	2.54	52.54	4.38	1.06	83.48	1.00	0.07	0.00
905	Бутерброд с колбасой	55.00	12.92	2.40	4.38	27.68	158.92	0.04	0.01	0.10	0.02	0.01	0.08	10.00	22.00	5.00	1.80	0.75	0.88	1.88	0.70

Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес порции, г	Дата	Пищевые в.в., г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в.в., мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D	Ca	P	Mg	Fe	K	Na	Cl	
707	Котлет из кролика 248	200.00	8.63	0.38	0.00	26.00	104.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.67	20.58	8.33	0.80	154.67	0.00	0.12	0.00
851	Хлеб пшеничный	40.00	2.85	2.72	0.32	18.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.20	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
909	Хлеб пшеничный	20.00	1.87	1.82	0.18	9.72	47.60	0.02	0.01	0.02	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.30
703	Варен с капустой с морщепелем со сметаной 250г	258.00	15.91	5.02	8.93	14.30	138.91	0.05	0.02	12.31	2.27	2.00	0.00	45.01	68.00	28.33	1.24	134.00	0.87	0.31	0.01
992	Пюре из пшеницы 310г	300.00	44.57	15.31	22.83	2.29	378.70	0.01	0.01	3.78	0.34	4.50	0.00	11.55	18.21	8.51	0.32	10.38	0.33	0.27	0.21
730	Салат из белокочанной капусты М. 45	100.00	4.44	1.48	5.08	8.98	80.07	0.03	0.04	39.21	0.21	0.32	0.00	40.07	20.90	16.42	0.34	338.70	2.87	0.28	0.01