



П.С.С.О.У.



**Меню**

День: среда  
 Неделя: вторая  
 Сезон:  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

**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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
717	Каша молочная пшеничная с маслом	210.00	22.90	8.74	12.49	43.87	320.30	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.4	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
566	Хлеб пшеничный	40.00	4.80	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
605	Груша порциями	100.00	26.00	0.40	0.30	9.50	42.00	0.02	0.03	5.00	0.00	0.40	0.00	19.00	16.00	12.00	2.30	155.00	1.00	0.10	0.01
597	Чай с фруктовым соком	200.00	6.39	0.54	0.10	6.58	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
402	Сыр	30.00	27.84	6.90	7.17	0.00	108.00	0.01	0.09	0.21	0.08	0.15	0.29	264.00	150.00	10.50	0.30	26.40	0.00	4.35	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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной	100.00	6.34	1.35	6.08	7.87	89.85	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
755	Компот из чернослива	200.00	8.05	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 Цивильный	50.00	3.90	3.40	0.65	20.35	122.50	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	23.70	7.05	0.58	0.00	0.00	0.00	0.00
611	Плов из филе птицы	250.00	50.87	20.82	25.96	64.26	468.37	0.08	0.04	7.01	0.33	6.22	0.00	22.66	116.73	41.97	1.11	72.61	2.18	10.59	0.01
817	Суп картофельный с вермишелью	250.00	13.39	6.28	5.74	22.74	148.68	0.11	0.06	14.85	0.28	1.38	0.00	15.20	63.50	24.05	0.98	346.55	4.70	0.36	0.00

Директор: Гольщикова С.В.

Повар:

№ 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)	I (мкг)	Se (мкг)	F
429	Салат из свеклы отварной	100.00	6.34	1.35	6.08	7.87	89.85	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.15	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.66	0.00
755	Компот из чернослива	200.00	8.05	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 Цивильный	50.00	3.90	3.40	0.65	20.35	122.50	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.25	23.70	7.05	0.58	0.00	0.00	0.00	0.00
611	Плов из филе птицы	250.00	50.87	20.82	25.96	64.26	468.37	0.08	0.04	7.01	0.33	6.22	0.00	22.66	116.73	41.97	1.11	72.61	2.18	10.59	0.01
817	Суп картофельный с вермишелью	250.00	13.39	6.28	5.74	22.74	148.68	0.11	0.06	14.85	0.28	1.38	0.00	15.20	63.50	24.05	0.98	346.55	4.70	0.36	0.00

Директор: Гольщикова С.В.

Повар: