

БССШ



Утверждаю:  
 Директор ООО "Сундырь"  
 С.В.Голышников

Меню

День: вторник  
 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		В1	В2	С	А	Е	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F											
728	Чай с сахаром	200.00	1.65	0.10	0.03	14.99	56.85	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	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
568	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	0.00	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00									
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком	220.00	93.13	32.67	24.62	46.51	539.48	0.11	0.58	0.75	0.13	0.84	0.22	390.88	479.66	51.61	1.20	252.25	16.37	56.75	0.05											
610	Яблоки (порциями)	100.00	14.32	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											

713 = 90

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											
621	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом 50/50	100.00	29.62	5.49	6.16	7.95	86.38	0.02	0.01	0.87	0.02	2.19	0.03	21.05	15.09	7.86	0.14	18.55	1.16	0.20	0.00											
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной	255.00	16.35	5.76	8.99	16.02	144.58	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01											
730	Компот из смеси сухофруктов	200.00	5.87	0.57	0.00	32.21	126.05	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	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
851	Хлеб Дарницкий	80.00	6.24	5.44	1.04	32.56	196.00	0.04	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.40	37.92	11.28	0.94	0.00	0.00	0.00	0.00											
409	Салат из свежих помидоров	100.00	25.84	1.09	6.14	3.54	74.87	0.05	0.05	24.90	0.08	3.37	0.00	33.08	24.70	18.54	0.88	245.37	1.44	0.43	0.01											
206	Каша пшеничная (вязкая) на молоке	210.00	18.52	8.81	8.88	39.05	269.58	0.14	0.17	1.27	0.05	0.99	0.15	137.90	221.98	44.10	2.35	261.85	8.78	38.42	0.02											

162 = 24  
 216 = 14

Повар: \_\_\_\_\_