



БСССМ

Согласовано:

Директор:

на 19 февраля 2025 года

Утверждаю:

Директор ООО "Сундырь"

С.В.Гольцшикова

Меню

День: среда

Неделя:

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 (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (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	207.40	54.84	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
588	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
805	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
587	Чай с фруктовым соком	200.00	6.39	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
402	Сыр (порциями)	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

82=53

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 (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (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 Дарницкий	50.00	3.90	3.40	0.85	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	52.56	20.82	25.96	64.26	488.37	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	13.78	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	0.38	0.00

84=63

Повар: \_\_\_\_\_

182=56