

Меню на 23.04.2025 г



| № рец.         | Наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергет. ценности | Витамины (мг) |       |       |        | Минеральные вещества (мг) |        |        |      |
|----------------|-----------------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|-------------------|---------------|-------|-------|--------|---------------------------|--------|--------|------|
|                |                                         |              | Белки                | Жиры  | Углеводы |                   | В1            | С     | А     | Е      | Ca                        | Р      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД           |                                         |              |                      |       |          |                   |               |       |       |        |                           |        |        |      |
| 3*/2008        | Салат картофельный с квашенной капустой | 60           | 0,78                 | 4,56  | 5,82     | 64,2              | 0.05          | 5,19  | 0.0   | 0.56   | 11.20                     | 20.80  | 16.00  | 0.72 |
| 65/2013г       | Суп картофельный с клёцками             | 200          | 1.68                 | 2.68  | 9.70     | 69.64             | 0.0           | 1.48  | 0.92  | 0.08   | 66.00                     | 11.30  | 5.72   | 0.62 |
| 92/2008г       | Картофельное пюре                       | 180          | 3.78                 | 8.10  | 26.28    | 193.14            | 0.18          | 6.66  | 0.04  | 0.18   | 48.60                     | 100.80 | 36.00  | 1.26 |
| 73/2008г       | Зразы из говядины с яйцом               | 80           | 17.04                | 18.48 | 4.56     | 252.72            | 0.07          | 3.76  | 0.01  | 0.64   | 24.80                     | 100.80 | 20.80  | 1.20 |
| 141/2008г      | Соус томатный                           | 30           | 0.78                 | 2.88  | 2.82     | 40.32             | 0.0           | 0.39  | 0.0   | 0.0    | 0.01                      | 0.0    | 0.0    | 0.10 |
|                | Хлеб пшеничный                          | 20           | 1.54                 | 0.16  | 9.9      | 47.20             | 0.022         | 0.0   | 0.0   | 0.22   | 4.00                      | 13.00  | 9.80   | 0.22 |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                    | 40           | 2.64                 | 0.44  | 17.56    | 84.76             | 0.07          | 0.0   | 0.0   | 0.56   | 14.00                     | 63.20  | 18.80  | 1.56 |
| 153/2008г      | Компот из сухофруктов                   | 200          | 0.60                 | 0.0   | 31.40    | 128.00            | 0.02          | 0.73  | 0.0   | 0.51   | 32.48                     | 23.44  | 17.46  | 0.70 |
| 338/2013*      | фрукт свежий (банан)                    | 100          | 1.5                  | 0.5   | 21.00    | 96.00             | 0.0           | 10.0  | 0.0   | 0.4    | 8.00                      | 28.00  | 42.0   | 0    |
| ИТОГО ЗА ОБЕД: |                                         |              | 30.44                | 33.40 | 126.26   | 930.18            | 0.45          | 43.02 | 0.97  | 3.15   | 209.09                    | 361.34 | 166.58 | 6.38 |
| ГПД            |                                         |              |                      |       |          |                   |               |       |       |        |                           |        |        |      |
| 283/2013г      | Ватрушка с повидлом                     | 80           | 5.10                 | 3.41  | 50.42    | 252.73            | 0.06          | 0.0   | 0.02  | 0.96   | 52.00                     | 89.60  | 12.80  | 0.64 |
| 261/2013г      | Чай с сахаром                           | 200          | 0.20                 | 0.0   | 14.00    | 56.80             | 0.0           | 0.0   | 0.0   | 0.0    | 12.00                     | 4.00   | 6.00   | 0.40 |
|                | Йогурт                                  | 200          | 5.8                  | 2.78  | 8        | 100               | 0.08          | 1.4   | 40    | 240    | 180                       | 28     | 0.2    |      |
|                | ИТОГО ПОЛДНИК                           |              | 11.10                | 6.19  | 72.42    | 409.53            | 0.14          | 1.40  | 40.02 | 240.96 | 244.00                    | 121.60 | 19.00  | 1.04 |