



**МЕНЮ**  
на 08 апреля 2024 года

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	7-11 лет											
			Пищевые вещества (г)			Э. ценность (ккалорий)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В-1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	<b>Понедельник</b>		46	47	201	1410	0.7	36	0.4	6	660	990	150	7.2
	<b>Завтрак</b>		19	20	84	588	0.3	15	0.2	2.5	275	412	62	3
102	Каша «Дружба»	200	8.96	5.79	27.2	192.8	0.22	0	0.17	1.16	24.05	236.4	16.16	0.03
294	Чай с лимоном	200	0.07	0.01	15.3	60	0	2.16	0	0.01	8.05	9.8	5.24	0.9
383	Бутерброды с сыром и маслом сливоч- ным	60	7.72	13.4	15.1	212.20	0.05	0.84	0	0.64	218	125.6	22	0.72
380	Хлеб ржаной, пшеничный	30	1.75	0.3	13.8	69	0	0	0	0.45	5.7	27	7.8	0.65
89	Фрукты	120	0.5	0.5	12.5	54	0.03	12	0.03	0.24	19.2	13.2	10.8	0.7
	<b>Обед</b>		27	27	117	822	0.4	21	0.2	3.5	385	578	88	4.2
9	Салат из моркови	160	1.14	5	10.3	136.80	0.04	4.4	0.1	1.56	35.91	36.85	25.85	1.09
46	Суп с клецками	250	3.75	3.29	16.8	111.94	0.08	2.9	0.06	0.31	31.89	100.8	9.51	0.46
192	Печень говяжья по - строгановски	100	12.2	11.7	23.6	192.8	0.14	2.9	0.03	0.23	178	258.2	0.64	0.35
241	Картофельное пюре	150	3.2	6	23.2	160.46	0.1	2.8	0	0	84	74	11	0.1
293	Сок	200	2	0.2	5.8	36	0.04	8	0.01	0.2	40	36	20	0.4
380	Хлеб ржаной, пшеничный	80	4.7	0.8	37	184	0	0	0	1.2	15.2	72	21	1.8

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	12 лет и старше												
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Э. ценность ( ккалорий)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В-1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
	<b>Понедельник</b>		<b>54</b>	<b>55</b>	<b>230</b>	<b>1623</b>	<b>0.8</b>	<b>42</b>	<b>0.5</b>	<b>7.2</b>	<b>720</b>	<b>1080</b>	<b>180</b>	<b>10.2</b>
	<b>Завтрак</b>		<b>22</b>	<b>23</b>	<b>96</b>	<b>678</b>	<b>0.3</b>	<b>18</b>	<b>0.2</b>	<b>3</b>	<b>300</b>	<b>450</b>	<b>75</b>	<b>4.2</b>
102	Каша «Дружба»	250	10.7	0.40	29.9	235.8	0.22	3	0.17	1.41	45.25	256.4	23.96	0.7
294	Чай с лимоном	200	1	9	15.3	60	0	2.16	0	0.01	8.05	9.8	5.24	0.9
382	Бутерброды с сыром и маслом сливочным	60	7.72	13.4	15.1	212.20	0.05	0.84	0	0.64	218	125.6	22	0.7
380	Хлеб ржаной, пшеничный	50	3	0	23.1	115	0	0	0	0.7	9.5	45	13	1.1
39	Фрукты	120	0.5	0.5	12.5	54	0.03	12	0.03	0.24	19.2	13.2	10.8	0.7
	<b>Обед</b>		<b>32</b>	<b>32</b>	<b>134</b>	<b>950</b>	<b>0.5</b>	<b>24</b>	<b>0.3</b>	<b>4.2</b>	<b>420</b>	<b>630</b>	<b>105</b>	<b>6</b>
9	Салат из моркови	100	1.14	5	10.3	136.80	0.04	4.4	0.1	1.56	35.91	36.85	25.85	1.0
46	Суп с клецками	250	3.75	3.29	16.8	111.94	0.08	2.9	0.06	0.31	31.89	100.86	9.51	0.4
192	Печень говяжья, холо- строганевоки	100	12.2	11.7	23.6	192.8	0.14	2.9	0.03	0.23	178	258.29	0.64	0.3
241	Картофельное пюре	200	1	1	26.2	219.46	0.2	5.8	0.1	0.3	113.2	99	20	1.3
293	Сок	200	2	0.2	5.8	36	0.04	8	0.01	0.2	40	36	20	0.4
380	Хлеб ржаной, пшеничный	110	6.5	1.1	51	253	0	0	0	1.6	21	99	29	2.4