



МЕНЮ
 на 27 февраля 2025 года

МЕНЮ
 на 27 февраля 2025 года

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	7-11 лет															
		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			
	Четверг	201	1410	0.7	36	46	47	201	1410	0.7	36	0.4	6	660	990	150	7.2
	Завтрак	84	588	0.3	15	19	20	84	588	0.3	15	0.2	2.5	275	412	62	3
107	Каша манная	200	104.48	0.04	10.63	0.07	16.79	104.48	0.04	1.58	0.15	1.29	119.06	233.37	28.4	0.62	
269	Какао	200	153.92	0.03	3.77	3.93	25.95	153.92	0.03	1	0.02	0.01	121.94	114.13	6.7	0.51	
379	Бутерброды с маслом сливочным	40	183.6	0.2	1.7	15.1	10.26	183.6	0.2	0.42	0	0.36	7.2	15.3	5.7	0.27	
380	Хлеб пшеничный	40	92	0	2.4	0.4	18.5	92	0	0	0	0.6	7.6	36	10.4	0.9	
89	Фрукты	120	54	0.03	0.5	0.5	12.5	54	0.03	12	0.03	0.24	19.2	13.2	10.8	0.7	
	Обед	117	822	0.4	21	27	117	822	0.4	21	0.2	3.5	385	578	88	4.2	
22	Салат из помидоров	100	113.92	0.05	1	5	4.6	113.92	0.05	12	0	1.77	12.7	23.66	18.2	0.8	
42	Рассольник	250	149.6	0.1	5	11.3	32.38	149.6	0.1	6.7	0.02	0.42	27.7	65.75	32.55	0.43	
181	Жаркое по домашнему	250	260.69	0.24	15.74	9.9	15.13	260.69	0.24	2.15	0.17	0.03	272.95	398.28	9.39	0.08	
283	Компот из сухофруктов	200	113.79	0.01	0.56	0	27.89	113.79	0.01	0.15	0.01	0.08	56.45	18.31	6.86	1.09	
380	Хлеб ржаной, пшеничный	80	184	0	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
	Четверг		54	55	230	1628	0.8	42	0.5	7.2	720	1080	180	10.2
	Завтрак		22	23	96	678	0.3	18	0.2	3	300	450	75	4.2
107	Каша манная	250	12.53	2.87	19.59	148.48	0.04	4.58	0.15	1.49	140.26	253.37	36.2	0.42
269	Какао	200	3.77	3.93	25.95	153.92	0.03	1	0.02	0.01	121.94	114.13	6.7	0.51
379	Бутерброды с маслом сливочным	40	1.7	15.1	10.26	183.6	0.2	0.42	0	0.36	7.2	15.3	5.7	0.27
380	Хлеб ржаной, пшеничный	60	3.5	0.6	27.7	138	0	0	0	0.9	11.4	54	15.6	1.3
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
	Обед		32	32	134	950	0.5	24	0.3	4.2	420	630	105	6
22	Салат из помидоров	100	1	5	4.6	113.92	0.05	12	0	1.77	12.7	23.66	18.2	0.8
42	Рассольник	250	5	11.3	32.38	149.6	0.1	6.7	0.02	0.42	27.7	65.75	32.55	0.43
181	Жаркое по домашнему	300	18.94	14.6	8.13	319.69	0.34	5.15	0.27	0.33	302.15	423.28	18.39	1.28
283	Компот из сухофруктов	200	0.56	0	27.89	113.79	0.01	0.15	0.01	0.08	56.45	18.31	6.86	1.09
380	Хлеб ржаной, пшеничный	110	6.5	1.1	51	253	0	0	0	1.6	21	99	29	2.4