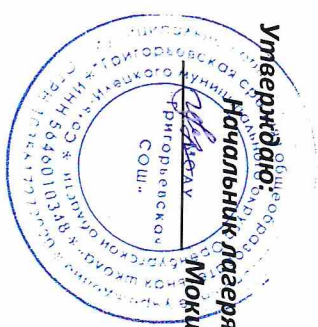


Сезон: летний
Возрастная категория 11-13 лет

МЕНЮ



№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Энергетическая ценность				Витамины			Минералы				
			Белки	Жиры	Углев.	Ккал.	В1	С	А	Р	Кальций	Магний	Железо	
Завтрак 05.06.2025 г.														
54-1г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	29,7	10,7	21,6	301,3	0,06	0,29	51,12	290,677	223,926	32,437	0,856	
54-4гн	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0,3	6,9	46,328	103,479	9,918	0,775	
53-193	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0	0	45	3	2,4	0	0,02	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	117,2	0,06	0	0	32,5	10	7	0,55	
ПРОМ	ФРУКТЫ (БАНАН)	100	1,5	0,5	21	94,5	0,04	10	20	28	8	42	0,6	
	Обед 05.06.2025 г.													
54-23	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	100	0,8	0,1	2,5	14,1	0,03	10	10	42	23	14	0,6	
54-7с	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	6,5	3,5	23,1	149,5	0,11	8,61	121,89	68,197	17,157	26,05	1,081	
54-25м	КУРИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	90	12,7	5,2	4	113,7	0,04	1,18	257,68	101,107	31,438	49,055	0,9	
54-21г	ГОРОШНИЦА	200	19,3	1,8	45	273,1	0,58	0	1,2	286,665	166,602	93,218	5,933	
54-35хн	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,4	0	19,8	80,8	0	0,02	12	3,445	98,243	1,688	0,078	
ПРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,3	19,7	93,8	0,04	0	0	26	8	5,6	0,44	
ПРОМ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,4	10	51,2	0,05	0	0	47,4	10,5	14,1	1,17	
	Итого:	1420	81,4	31,3	200	1406,2	1,03	30,39	525,8	975,319	702,745	295,065	13,003	