

**МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
на 27 сентября 2024 г.**

Если 12 часов

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети- ческая ценность, ккал | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|---|-----------------|------------------|--------------|-----------------|--|--------------|------------------------|-------------|-------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|-------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | | С, мг | А, мкг рет. экв. | Д, мкг | В1, мг | В2, мг | Са, мг | Р, мг | Мg, мг | Fe, мг | К, мг | І, мкг | Ф, мг | Se, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 3,27 | 4,14 | 7,07 | 62,62 | 0,00 | 0,10 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 4,44 | 13,33 | 2,32 | 0,20 | 20,10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,10 | 0,40 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 0,10 | 86,60 | 89,20 | 19,90 | 0,30 | 139,40 | 7,40 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 33,60 | 0,96 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,24 | 113,40 | 177,96 | 96,48 | 17,76 | 595,92 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием пищи: | | 7,07 | 10,24 | 36,37 | 250,32 | 1,36 | 0,10 | 0,30 | 0,00 | 0,34 | 204,44 | 280,49 | 118,70 | 18,26 | 755,42 | 7,40 | 0,00 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА | 152 | 0,76 | 0,00 | 19,30 | 83,60 | 6,08 | 329,84 | 0,00 | 0,03 | 0,06 | 30,40 | 27,36 | 15,20 | 0,30 | 372,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием пищи: | | 0,76 | 0,00 | 19,30 | 83,60 | 6,08 | 329,84 | 0,00 | 0,03 | 0,06 | 30,40 | 27,36 | 15,20 | 0,30 | 372,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 35 | 0,54 | 2,07 | 2,88 | 32,85 | 0,09 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,72 | 0,81 | 0,45 | 0,00 | 6,21 | 0,18 | 0,00 | 0,00 |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,30 | 5,60 | 9,80 | 97,40 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 20,20 | 55,90 | 15,60 | 1,00 | 336,90 | 4,20 | 0,00 | 0,00 |
| СУФЛЕ КУРИНОЕ | 65 | 9,60 | 12,74 | 2,11 | 161,11 | 0,41 | 37,03 | 0,21 | 0,03 | 0,11 | 27,34 | 94,51 | 10,39 | 0,85 | 123,42 | 5,51 | 0,05 | 0,01 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 115 | 3,10 | 2,62 | 15,04 | 94,48 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,10 | 0,00 | 9,60 | 31,91 | 5,92 | 0,68 | 49,08 | 0,58 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 73,50 | 0,60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 10,40 | 4,30 | 4,40 | 0,50 | 47,10 | 0,30 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 24 | 1,70 | 0,20 | 10,70 | 51,70 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,01 | 19,71 | 4,34 | 0,84 | 34,07 | 1,34 | 0,00 | 0,00 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2,55 | 8,78 | 1,73 | 0,15 | 13,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием пищи: | | 20,44 | 23,83 | 66,33 | 550,34 | 5,10 | 37,03 | 0,31 | 0,23 | 0,11 | 74,82 | 215,92 | 42,83 | 4,02 | 610,58 | 12,11 | 0,05 | 0,01 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 41 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 | 1,60 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 8,30 | 15,10 | 5,00 | 0,40 | 56,40 | 1,20 | 0,00 | 0,00 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 120 | 14,14 | 13,33 | 13,64 | 145,44 | 6,97 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,20 | 16,77 | 151,80 | 30,30 | 2,22 | 708,31 | 9,29 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,30 | 0,00 | 20,80 | 85,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,30 | 0,00 | 1,40 | 0,00 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2,40 | 11,80 | 2,60 | 0,50 | 20,40 | 0,80 | 0,00 | 0,00 |
| СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,65 | 6,82 | 23,81 | 157,44 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 9,12 | 30,91 | 5,66 | 0,38 | 46,37 | 0,77 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за прием пищи: | | 19,39 | 20,27 | 65,65 | 424,48 | 8,57 | 0,00 | 0,00 | 0,20 | 0,20 | 42,89 | 209,61 | 44,96 | 3,50 | 832,18 | 12,06 | 0,00 | 0,00 |
| Всего за день: | | 47,66 | 54,34 | 187,65 | 1 308,74 | 21,11 | 366,97 | 0,61 | 0,46 | 0,71 | 352,55 | 733,38 | 221,69 | 26,08 | 2 570,58 | 31,57 | 0,05 | 0,01 |