



МЕНЮ
на Ближняя 2022.
14 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества									
			Белки	Жиры		Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F		
Обед																					
№ рецептуры 17***	Салат из огурцов соленных с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88	13,97	8,06	16,94	0,37	0,01	3,33	0,00	0	0	0	0	0	0	0	
№ рецептуры 206***	Суп картофельный с бобовыми на овощном бульоне	200	4,39	4,22	13,06	107,8	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00	0	0	0	0	0	0	0	
т/к № 286*/ т/к № 331*(соус)	Тефтели мясные (с соусом сметанным с томатом)	60/20	10,70	9,97	10,70	174,94	26,38	15,72	80,02	0,72	0,06	0,01	29,25	0	0	0	0	0	0	0	
т/к № 688*	гарнир: макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00	0	0	0	0	0	0	0	
т/к № 379 № рецепт.379*	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,9	100,6	125,78	14,0	0	0,13	0	1,3	0	0	0	0	0	0	0	0	
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0	13,2	0,03	0,015	1,68	0,09	6,9	16,1	0,036	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005		
(т/к № 879***	Хлеб ржаной	20	1,72	0,31	0,31	47,06	7,0	0,045	0,03	0,78	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2		
т/к № 210110 ***	Яблоко	193	2,4	0,8	33,6	153,60	12,23	0,047	0,032	0	0	25,6	14,77	14,4	3,52	162,44	0,0065	0	0,032		
№ 389*	Сок яблочный	200	1	0	20,2	84,8	4	0,022	0,022	0	0	80	14	7	1,08	84	0,009	0	0,03		
	Итого обед:	1143	32,7	26,13	122,31	951,13	237,88	87,284	203,97	6,88	0,436	133,33	126,52	21,452	5,13	266,84	0,0249	0,0009		0,267	