



МЕНЮ
на 5 марта 2022г.
обучающиеся с ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	Витамины/ Минеральные вещества													
			Белки	Жиры	Углевод ы		Ca	Mg	P	Fe	B I	C	A	B 2	D	K	I	Se	F	
Завтрак																				
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63	22,00	4,80	76,8	1,00	0,03	0,00	0,10	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 47*** № рецепт. 943***	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,0	6,0	0	0	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	Хлеб пшеничный с маслом	20	1,64	0,28	0,26	39,0	6,6	0,015	0,0075	0,84	0,0045	3,45	8,05	0,018	0,065	4,95	0,0005	0,0005	0,0025	0,0025
		10	0,00	8,20	0,10	75,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	59,00	0	0	0	0	0	0	0
	Итого завтрак:	270	6,94	13,08	14,66	205	35,6	4,815	78,8075	2,24	0,0345	3,45	67,15	0,018	0,065	4,95	0,0005	0,0005	0,0025	0,0025
Обед																				
№ рецептуры 17***	Салат из огурцов соленных с луком	100	0,87	5,12	2,62	59,80	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	250	5,38	5,63	19,55	150,65	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)	60/30	11,17 0,23	11,12 0,67	11,05 1,82	185,13 14,20	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	180	6,62	5,42	31,74	202,14	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	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	0,2
	Итого обед:	880	32,44	31,51	83,51	837,58	221,65	87,215	203,92	6,88	0,436	133,33	126,52	21,452	0,43	20,04	0,0094	0,0009	0,207	0,207
	Итого за день:	1150	39,38	44,59	98,17	1042,58	257,25	92,03	282,7275	9,12	0,4705	136,78	193,67	21,47	0,495	24,99	0,0099	0,0014	0,2095	0,2095