



МЕНЮ

на 19 марта 2022г.
обучающиеся с ОВЗ

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетиче ская ценность	Витамины/ Минеральные вещества																
			Белки	Жиры		Углев оды	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	B	D	K	I	Se	F		
Завтрак																						
т/к № 10, № рецепт.204***	Каша молочная «Дружба»	200	6,2	8,6	32,4	232,0	122,98	0	0	0,39	0,1	0,2	0	0,014	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	0	
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	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	0,0005	0,0025	0,0025	
	Итого завтрак:	420	8,04	8,88	46,66	299	135,58	0,015	0,0075	1,63	0,1045	3,65	8,05	0,032	0,065	4,95	0,0005	0	0,0005	0,0025	0,0025	
Обед																						
т/к № 41 рецептур.49*	Салат витаминный	100	1,5	4,6	11,0	91,0	44,88	25,67	72,87	2,09	0,16	11,37	0,16	0,054	0,09	0	0	0	0	0	0	
№ рецептуры 206***	Суп картофельный с бобовыми на мясном 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	0	
т/к № 96***	Плов мясной	260	28,34	30,48	51,02	582,98	18,53	0	0	2,5	0,087	2,726	0	0,115	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	0	
т/к № 878***	Хлеб птеничный	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	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	0,2	0,2	
	Итого обед:	870	40,42	41,58	96,4	977,69	120,07	55,635	142,68	9,07	0,643	61,746	57,66	0,266	4,14	20,4	0,0117	0,0009	0	0,205	0,205	
	Итого за день:	1290	48,46	50,46	143,06	1276,69	255,65	55,65	142,688	10,7	0,7475	65,396	65,71	0,298	4,205	25,35	0,0122	0,0009	0,0005	0,2075	0,2075	