

фимская КЛ
Б
Наименование б

МЕНЮ на 06.11.2024 г.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. рас.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2021	200	18,52	19,69	29,95	0,00	3,33	356,41	127,2	21,34	282,5	3,17	305,7	509,74	1,06	0,09	0,28
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2021	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Морковь, тушенная с рисом № 152 сб. 2021	80	1,40	0,03	3,86	0,00	14,38	95,60	11,83	19,95	38,37	0,39	18,09	903,6	0,28	0,03	0,87
Итого за 'Завтрак'		27,47	22,81	45,30	0,59	63,04	763,39	259,6	72,88	452,2	4,87	393,7	1500,64	2,21	0,24	1,67
Обед																
Помидоры свежие урожай 2024 годаТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Суп крестьянский с крупой №67, сб.2021	200	1,94	0,19	4,35	0,25	10,97	89,02	23,62	16,52	42,91	0,57	6,86	166,06	1,48	0,05	6,1
Котлеты с соусом № 99, сб. shk. 2021 г.	100/50	15,08	13,88	14,22	6,34	18,27	260,88	34,99	27,3	134,5	1,19	13,78	109,55	3,2	0,06	1,41
Спагетти отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2021	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2021г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		26,59	14,09	22,66	7,16	120,93	776,80	121,9	102	295,2	4,68	34,99	499,53	7,6	0,28	22,69
Полдник																
Пирожки печеные с повидлом № 265, сб. 2021	100	5,46	1,00	4,66	0,00	58,02	289,39	17,64	9,48	47,4	1,12	25,28	45,55	0,88	0,06	0,09
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Печенье сб.2021ТК № 7	50	3,56	0,06	9,34	0,00	29,78	214,69	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		10,02	1,05	14,19	0,20	108,40	590,55	31,64	17,48	61,4	3,92	25,28	45,55	1,08	0,08	4,09
Итого за день		64,08	37,96	82,16	7,94	292,37	2130,74	413,2	192,4	808,8	13,5	453,9	2045,73	10,9	0,6	28,45

— 14 —

(Хурматуллина Р.М.)

(Кузьмина О.В.)