

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

15.03.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Рыба тушеная в томатном соусе. Пюре гороховое. Соус красный основной.	100/100 /30	<u>25</u>	<u>9</u>	<u>32</u>	<u>305</u>	679/608/2 28
	Чай с сахаром	<u>150</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>4</u>	<u>16</u>	<u>591</u>
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0</u>	<u>20</u>	<u>94</u>	гост 26983- 2015
	Банан	<u>200</u>	<u>3</u>	<u>1</u>	<u>42</u>	<u>189</u>	ТР ТС 021/2011
Итого за завтрак		<u>620</u>	<u>31</u>	<u>10</u>	<u>128</u>	<u>604</u>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Рыба тушеная в томатном соусе. Пюре гороховое. Соус красный основной.	100/100 /30	<u>25</u>	<u>9</u>	<u>32</u>	<u>305</u>	679/608/2 28
	Чай с сахаром	<u>150</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>4</u>	<u>16</u>	<u>591</u>
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0</u>	<u>20</u>	<u>94</u>	гост 26983- 2015
	Банан	<u>200</u>	<u>3</u>	<u>1</u>	<u>42</u>	<u>189</u>	ТР ТС 021/2011
Итого за завтрак		<u>620</u>	<u>31</u>	<u>10</u>	<u>128</u>	<u>604</u>	

