

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

15.11.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 10 | | | | | | | |
| Завтрак | Салат из капусты с овощами | 60 | 1,7 | 4 | 1,7 | 50 | 54-10з |
| | Горошница | 150 | 14,5 | 1,3 | 33,8 | 204,8 | 54-21г |
| | Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) | 70 | 9,7 | 5,2 | 4,4 | 103,1 | 54-11р |
| | Чай с молоком и сахаром | 200 | 2 | 1 | 9 | 51 | 54-4гн |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 5 | 1 | 30 | 141 | Пром. |
| | | 540 | 32,1 | 12,1 | 78 | 549,4 | |

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 11 | | | | | | | |
| Завтрак | Салат из капусты с овощами | 80 | 1,7 | 4 | 1,7 | 50 | 54-10з |
| | Горошница | 150 | 14,5 | 1,3 | 33,8 | 204,8 | 54-21г |
| | Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) | 90 | 9,7 | 5,2 | 4,4 | 103,1 | 54-11р |
| | Чай с молоком и сахаром | 200 | 2 | 1 | 9 | 51 | 54-4гн |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 5 | 1 | 30 | 141 | Пром. |
| | | 580 | 32,1 | 12,1 | 78 | 549,4 | |

