

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
17.10.2024г.
Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,9	167,4	54-1м
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,2	0	5	20,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром.
	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6	Пром.
		630	20,7	20,7	61,3	514,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Рагу из овощей	200	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Бефстроганов из отварной говядины	100	12	12,4	1,9	167,4	54-1м
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	5	20,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	60	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром.
	Апельсин	150	1,8	0,4	16,2	75,6	Пром.
		710	20,7	20,7	61,3	514,4	