

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**18.11.2024г.**

**Возрастная категория: 7-11 лет**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Сыр твердых сортов	30	7	9	0	108	54-1з
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5	5	29	185	54-25.1к
	Яйцо вареное	80	10	8	1	113	54-6о
	Какао с молоком	200	5	4	13	104	54-21гн
	Хлеб пшеничный	40	1	0	3	93	Гост2698
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>28</b>	<b>26</b>	<b>46</b>	<b>603</b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Сыр твердых сортов	30	7	8,9	0	108	54-1з
	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	213	54-25.1к
	Яйцо вареное	80	9,6	8,1	0,5	113	54-6о
	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	104	54-21гн
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	93	Гост2698
<b>Итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>31,7</b>	<b>27,7</b>	<b>73,4</b>	<b>631</b>	

