

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**02.09.2024г.**

**Возрастная категория: 7-11 лет**

| Приём пищи              | Наименование блюда           | Вес блюда  | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|------------------------------|------------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|-------------|
|                         |                              |            | белки            | жиры      | углеводы  |                         |             |
| Неделя 1<br>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                      | Гост 2698   |
| <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<br>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                      | Гост 2698   |
| <b>Итого за завтрак</b> |                              | <b>610</b> | <b>31,7</b>      | <b>27,7</b> | <b>73,4</b> | <b>631</b>              |             |