

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**20.02.2024г.****Возрастная категория: 7-11 лет**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	<u>100</u>	<u>5,4</u>	<u>4,2</u>	<u>24</u>	<u>155,2</u>	№10
	Компот из свежих яблок	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>9,9</u>	<u>41,6</u>	№ 32
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>60</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>29</u>	<u>140,6</u>	гост 26983-2015
	Банан	<u>105</u>	<u>1,6</u>	<u>0,5</u>	<u>22,1</u>	<u>55,5</u>	ТР ТС 26901
	Котлета из говядины	<u>80</u>	<u>14,6</u>	<u>13,9</u>	<u>13,1</u>	<u>236,2</u>	№31
Итого за завтрак		<u>545</u>	<u>26,4</u>	<u>19,2</u>	<u>98,1</u>	<u>629,1</u>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	<u>150</u>	<u>5,4</u>	<u>4,2</u>	<u>24</u>	<u>155,2</u>	№10
	Компот из свежих яблок	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>9,9</u>	<u>41,6</u>	№ 32
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>60</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>29</u>	<u>140,6</u>	гост 26983-2015
	Банан	<u>150</u>	<u>1,6</u>	<u>0,5</u>	<u>22,1</u>	<u>55,5</u>	ТР ТС 26901
	Котлета из говядины	<u>80</u>	<u>14,6</u>	<u>13,9</u>	<u>13,1</u>	<u>236,2</u>	№31
Итого за завтрак		<u>640</u>	<u>26,4</u>	<u>19,2</u>	<u>98,1</u>	<u>629,1</u>	