

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ****20.11.2024г.****Возрастная категория: 7-11 лет**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	131,2	54-1г
	Гуляш из говядины	80	13,6	13	3,1	162,5	54-2м
	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	81	54-45гн
	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	140,6	Пром.
	Вафли с жиросодержащей начинкой	30	1,2	9,2	18,8	162,3	Пром.
		520	24,2	27,8	79,9	677,6	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							

<b>Завтрак</b>	<b>Макароны отварные</b>	<b>170</b>	<b>5,3</b>	<b>4,9</b>	<b>32,8</b>	<b>131,2</b>	<b>54-1г</b>
	<b>Гуляш из говядины</b>	<b>80</b>	<b>13,6</b>	<b>13</b>	<b>3,1</b>	<b>162,5</b>	<b>54-2м</b>
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>5,2</b>	<b>81</b>	<b>54-45гн</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>0,7</b>	<b>20</b>	<b>140,6</b>	<b>Пром.</b>
	<b>Вафли с жиросодержащей начинкой</b>	<b>40</b>	<b>1,2</b>	<b>9,2</b>	<b>18,8</b>	<b>162,3</b>	<b>Пром.</b>
		<b>550</b>	<b>24,2</b>	<b>27,8</b>	<b>79,9</b>	<b>677,6</b>	