

Утверждаю:
Директор: Погодаева В.Н

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
22.03.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 6							
Завтрак	Яйцо вареное	80	9,6	8,1	0,5	113,1	54-6о
	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13,3	339,4	54-10м
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	8,9	37,4	54-32хн
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
	Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	57,7	Пром.
	Итого за завтрак	620	34,2	31,1	45,4	598,8	
<u>2 завтрак</u>							
	Сок абрикосовый	210	1,1	0	26,7	110,9	Пром.
	Итого за 2 завтрак	210	1,1	0	26,7	110,9	