

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22.04.2024г.

Возрастная категория: 7- 11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Макароны отварные с маслом сливочным	<u>100</u>	<u>3,5</u>	<u>3,3</u>	<u>21,9</u>	<u>131,2</u>	<u>№15</u>
	Чай с лимоном и сахаром	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>6,6</u>	<u>29</u>	<u>№32</u>
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>30</u>	<u>2,3</u>	<u>0,2</u>	<u>14,8</u>	<u>70,3</u>	Гост 26983-2015
	Банан	<u>170</u>	<u>2,6</u>	<u>0,9</u>	<u>35,7</u>	<u>160,7</u>	ГОСТ 24901-2014
	Бефстроганов из отварной говядины	<u>80</u>	<u>12</u>	<u>12,4</u>	<u>1,9</u>	<u>167,4</u>	№ 50
Итого за завтрак		<u>580</u>	<u>20,6</u>	<u>16,9</u>	<u>80,9</u>	<u>558,6</u>	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Макароны отварные с маслом сливочным	<u>100</u>	<u>3,5</u>	<u>3,3</u>	<u>21,9</u>	<u>131,2</u>	<u>№15</u>
	Чай с лимоном и сахаром	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>6,6</u>	<u>29</u>	<u>№32</u>
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>30</u>	<u>2,3</u>	<u>0,2</u>	<u>14,8</u>	<u>70,3</u>	Гост 26983-2015
	Банан	<u>170</u>	<u>2,6</u>	<u>0,9</u>	<u>35,7</u>	<u>160,7</u>	ГОСТ 24901-2014
	Бефстроганов из отварной говядины	<u>80</u>	<u>12</u>	<u>12,4</u>	<u>1,9</u>	<u>167,4</u>	№ 50
Итого за завтрак		<u>580</u>	<u>20,6</u>	<u>16,9</u>	<u>80,9</u>	<u>558,6</u>	