

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**23.04.2025г.**  
**Возрастная категория: 7-11 лет**

| Приём<br>пищи                    | Наименование<br>блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|----------------------------------|----------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|----------------|
|                                  |                                        |              | белки            | жиры        | углеводы    |                            |                |
| <b>Неделя 2</b><br><b>День 8</b> |                                        |              |                  |             |             |                            |                |
| <b>Завтрак</b>                   | <b>Каша гречневая<br/>рассыпчатая</b>  | <b>150</b>   | <b>8,2</b>       | <b>6,3</b>  | <b>35,9</b> | <b>233,7</b>               | <b>54-4г</b>   |
|                                  | <b>Котлета из говядины</b>             | <b>75</b>    | <b>13,7</b>      | <b>13</b>   | <b>12,3</b> | <b>221,4</b>               | <b>54-4м</b>   |
|                                  | <b>Компот из свежих<br/>яблок</b>      | <b>180</b>   | <b>0,1</b>       | <b>0,1</b>  | <b>8,9</b>  | <b>37,4</b>                | <b>54-32хн</b> |
|                                  | <b>хлеб пшеничный<br/>йодированный</b> | <b>30</b>    | <b>2,3</b>       | <b>0,2</b>  | <b>14,8</b> | <b>70,3</b>                | <b>Пром.</b>   |
|                                  | <b>Яблоко</b>                          | <b>115</b>   | <b>0,5</b>       | <b>0,5</b>  | <b>11,3</b> | <b>51,1</b>                | <b>Пром.</b>   |
|                                  | <b>Итого за завтрак</b>                | <b>550</b>   | <b>24,8</b>      | <b>20,1</b> | <b>83,2</b> | <b>613,9</b>               |                |
| <b>2 Завтрак</b>                 |                                        |              |                  |             |             |                            |                |
|                                  | <b>Сок</b>                             | <b>210</b>   | <b>1,1</b>       | <b>0</b>    | <b>26,7</b> | <b>110,9</b>               | <b>Пром.</b>   |
|                                  | <b>Итого за 2 завтрак</b>              | <b>210</b>   | <b>1,1</b>       | <b>0</b>    | <b>26,7</b> | <b>110,9</b>               |                |

**Возрастная категория:12 лет и старше**

| Приём<br>пищи                    | Наименование<br>блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|----------------------------------|----------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|----------------|
|                                  |                                        |              | белки            | жиры        | углеводы    |                            |                |
| <b>Неделя 2</b><br><b>День 8</b> |                                        |              |                  |             |             |                            |                |
| <b>Завтрак</b>                   | <b>Каша гречневая<br/>рассыпчатая</b>  | <b>150</b>   | <b>8,2</b>       | <b>6,3</b>  | <b>35,9</b> | <b>233,7</b>               | <b>54-4г</b>   |
|                                  | <b>Котлета из говядины</b>             | <b>80</b>    | <b>14,6</b>      | <b>13,9</b> | <b>13,1</b> | <b>236,2</b>               | <b>54-4м</b>   |
|                                  | <b>Компот из свежих<br/>яблок</b>      | <b>180</b>   | <b>0,1</b>       | <b>0,1</b>  | <b>8,9</b>  | <b>37,4</b>                | <b>54-32хн</b> |
|                                  | <b>Яблоко</b>                          | <b>140</b>   | <b>0,6</b>       | <b>0,6</b>  | <b>13,7</b> | <b>62,2</b>                | <b>Пром.</b>   |
|                                  | <b>хлеб пшеничный<br/>йодированный</b> | <b>20</b>    | <b>1,5</b>       | <b>0,2</b>  | <b>9,8</b>  | <b>46,9</b>                | <b>Пром.</b>   |
|                                  | <b>Итого за завтрак</b>                | <b>570</b>   | <b>25</b>        | <b>21,1</b> | <b>81,4</b> | <b>616,4</b>               |                |
| <b><u>2 Завтрак</u></b>          |                                        |              |                  |             |             |                            |                |
|                                  | <b>Сок</b>                             | <b>210</b>   | <b>1,1</b>       | <b>0</b>    | <b>26,7</b> | <b>110,9</b>               | <b>Пром.</b>   |
|                                  | <b>Итого за Второй<br/>завтрак</b>     | <b>210</b>   | <b>1,1</b>       | <b>0</b>    | <b>26,7</b> | <b>110,9</b>               |                |