

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**25.01.2025г.**

**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.
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>620</b>	<b>34,2</b>	<b>31,1</b>	<b>45,4</b>	<b>598,8</b>	
<u>2</u> <b>завтрак</b>							
	Сок абрикосовый	210	1,1	0	26,7	110,9	Пром.
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>210</b>	<b>1,1</b>	<b>0</b>	<b>26,7</b>	<b>110,9</b>	