

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
27.12.2024г.
Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2							
День 10							
Завтрак	Салат из капусты с овощами	60	1,7	4	1,7	50	54-10з
	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	9,7	5,2	4,4	103,1	54-11р
	Чай с молоком и сахаром	200	2	1	9	51	54-4гн
	Хлеб пшеничный	60	5	1	30	141	Пром.
		540	32,1	12,1	78	549,4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2							
День 11							
Завтрак	Салат из капусты с овощами	80	1,7	4	1,7	50	54-10з
	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	9,7	5,2	4,4	103,1	54-11р
	Чай с молоком и сахаром	200	2	1	9	51	54-4гн
	Хлеб пшеничный	60	5	1	30	141	Пром.
		580	32,1	12,1	78	549,4	