

Утверждаю:
 Директор: Погодаева В.Н

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
13.03.2025г.
 Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	Плов с курицей	160	21,8	6,5	26,6	251,7	54-12м
	Компот из смеси сухофруктов	210	0,5	0	20,8	85	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5	Пром.
	Итого за Завтрак	510	26,8	7,3	88,1	525	
2 Завтрак							
	Сок абрикосовый	210	1,1	0	26,7	110,9	Пром.
	Итого за Второй завтрак	210	1,1	0	26,7	110,9	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	Плов с курицей	220	16,9	16,2	42,4	383,1	54-11м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром.
	Итого за Завтрак	600	20,3	17	91,7	601	
2 Завтрак	Сок абрикосовый	210	1,1	0	26,7	110,9	Пром.
	Итого за Второй завтрак	210	1,1	0	26,7	110,9	