

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

03.04.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Макароны отварные с маслом сливочным	100	3,5	3,3	21,9	131,2	№15
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	№32
	Хлеб пшеничный ГОСТ	40	3	0,3	19,7	93,8	гост 26983-2015
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	ГОСТ 24901-2014
	Гуляш из говядины	70	11,9	11,7	2,7	162,5	№ 50
Итого за завтрак		510	19,3	15,7	73,9	512,9	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Макароны отварные с маслом сливочным	100	3,5	3,3	21,9	131,2	№15
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	№32
	Хлеб пшеничный ГОСТ	40	3	0,3	19,7	93,8	гост 26983-2015
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	ГОСТ 24901-2014
	Гуляш из говядины	70	11,9	11,7	2,7	162,5	№ 50
Итого за завтрак		510	19,3	15,7	73,9	512,9	