

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ****30.04.2024г.****Возрастная категория: 7-11 лет**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	<u>100</u>	<u>5,4</u>	<u>4,2</u>	<u>24</u>	<u>155,2</u>	№10
	Компот из свежих яблок	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>9,9</u>	<u>41,6</u>	№ 32
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>60</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>29</u>	<u>140,6</u>	гост 26983-2015
	Банан	<u>105</u>	<u>1,6</u>	<u>0,5</u>	<u>22,1</u>	<u>55,5</u>	ТР ТС 26901
	Котлета из говядины	<u>80</u>	<u>14,6</u>	<u>13,9</u>	<u>13,1</u>	<u>236,2</u>	№31
<b>Итого за завтрак</b>		<b><u>545</u></b>	<b><u>26,4</u></b>	<b><u>19,2</u></b>	<b><u>98,1</u></b>	<b><u>629,1</u></b>	

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	<u>150</u>	<u>5,4</u>	<u>4,2</u>	<u>24</u>	<u>155,2</u>	№10
	Компот из свежих яблок	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>9,9</u>	<u>41,6</u>	№ 32
	Хлеб пшеничный ГОСТ	<u>60</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>29</u>	<u>140,6</u>	гост 26983-2015
	Банан	<u>150</u>	<u>1,6</u>	<u>0,5</u>	<u>22,1</u>	<u>55,5</u>	ТР ТС 26901
	Котлета из говядины	<u>80</u>	<u>14,6</u>	<u>13,9</u>	<u>13,1</u>	<u>236,2</u>	№31
<b>Итого за завтрак</b>		<b><u>640</u></b>	<b><u>26,4</u></b>	<b><u>19,2</u></b>	<b><u>98,1</u></b>	<b><u>629,1</u></b>	