

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**30.04.2025г.**  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи         | Наименование блюда         | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                            |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 2<br>День 6 |                            |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак            | Макароны отварные          | 150       | 5,3              | 4,9  | 32,8     | 196,8                   | 54-1г       |
|                    | Гуляш из отварной говядины | 80        | 12               | 12,4 | 1,9      | 167,4                   | 54-1м       |
|                    | Компот из сухофруктов      | 200       | 0,2              | 0,1  | 6,6      | 27,9                    | 54-3гн      |
|                    | Яблоко                     | 150       | 2,3              | 0,8  | 31,5     | 141,8                   | Пром.       |
|                    | Хлеб пшеничный             | 30        | 2,3              | 0,2  | 14,8     | 70,3                    | Пром.       |
|                    | Итого за завтрак           | 610       | 22,1             | 18,4 | 87,6     | 604,2                   | 54-1г       |
| 2 завтрак          | Сок абрикосовый            | 210       | 1,1              | 0    | 26,7     | 110,9                   | Пром.       |
|                    | Итого за 2 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<br>День 7 |                             |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак            | Макароны отварные           | 160       | 5,7              | 5,2  | 35       | 209,9                   | 54-1г       |
|                    | Гуляш из отварной говядины  | 80        | 12               | 12,4 | 1,9      | 167,4                   | 54-1м       |
|                    | Компот из сухофруктов       | 180       | 0,2              | 0    | 6        | 25,1                    | 54-3гн      |
|                    | Яблоко                      | 150       | 2,3              | 0,8  | 31,5     | 141,8                   | Пром.       |
|                    | Хлеб пшеничный йодированный | 30        | 2,3              | 0,2  | 14,8     | 70,3                    | Пром.       |
|                    | Итого за завтрак            | 600       | 22,5             | 18,6 | 89,2     | 614,5                   |             |
| 2 завтрак          | Сок абрикосовый             | 210       | 1,1              | 0    | 26,7     | 110,9                   | Пром.       |
|                    | Итого за 2 завтрак          | 210       | 1,1              | 0    | 26,7     | 110,9                   |             |