

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
04.12.2024г.
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	150	5,3	4,9	32,8	131,2	54-1г
	Гуляш из говядины	80	13,6	13	3,1	162,5	54-2м
	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	81	54-45гн
	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	140,6	Пром.
	Вафли с жиросодержащей начинкой	30	1,2	9,2	18,8	162,3	Пром.
		520	24,2	27,8	79,9	677,6	

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	170	5,3	4,9	32,8	131,2	54-1г
	Гуляш из говядины	80	13,6	13	3,1	162,5	54-2м
	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	81	54-45гн
	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	140,6	Пром.
	Вафли с жиросодержащей начинкой	40	1,2	9,2	18,8	162,3	Пром.
		550	24,2	27,8	79,9	677,6	