

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**09.04.2025г.**  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи         | Наименование блюда          | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                             |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 2<br>День 8 |                             |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак            | Каша гречневая рассыпчатая  | 150       | 8,2              | 6,3  | 35,9     | 233,7                   | 54-4г       |
|                    | Котлета из говядины         | 75        | 13,7             | 13   | 12,3     | 221,4                   | 54-4м       |
|                    | Компот из свежих яблок      | 180       | 0,1              | 0,1  | 8,9      | 37,4                    | 54-32хн     |
|                    | хлеб пшеничный йодированный | 30        | 2,3              | 0,2  | 14,8     | 70,3                    | Пром.       |
|                    | Яблоко                      | 115       | 0,5              | 0,5  | 11,3     | 51,1                    | Пром.       |
|                    | Итого за завтрак            | 550       | 24,8             | 20,1 | 83,2     | 613,9                   |             |
| 2 Завтрак          |                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Сок                         | 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 8 |                             |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак            | Каша гречневая рассыпчатая  | 150       | 8,2              | 6,3  | 35,9     | 233,7                   | 54-4г       |
|                    | Котлета из говядины         | 80        | 14,6             | 13,9 | 13,1     | 236,2                   | 54-4м       |
|                    | Компот из свежих яблок      | 180       | 0,1              | 0,1  | 8,9      | 37,4                    | 54-32хн     |
|                    | Яблоко                      | 140       | 0,6              | 0,6  | 13,7     | 62,2                    | Пром.       |
|                    | хлеб пшеничный йодированный | 20        | 1,5              | 0,2  | 9,8      | 46,9                    | Пром.       |
|                    | Итого за завтрак            | 570       | 25               | 21,1 | 81,4     | 616,4                   |             |
| 2 Завтрак          |                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Сок                         | 210       | 1,1              | 0    | 26,7     | 110,9                   | Пром.       |
|                    | Итого за Второй завтрак     | 210       | 1,1              | 0    | 26,7     | 110,9                   |             |