

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ <u>12.04.2024г.</u>

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём	Наименование	Bec	Пищевые вещества		Энергетическая	№	
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценность	рецептуры
Неделя 2							
День 5 Завтрак	<u>Яйцо вареное</u>	40	10	1	0.2	56.6	54.60
Завтрак		<u>40</u>	4,8	4	0,3	<u>56,6</u>	<u>54-60</u>
	Плов с курицей	<u>170</u>	<u>22,4</u>	<u>23,7</u>	<u>27,9</u>	<u>414,8</u>	<u>54-12м</u>
	Чай с лимоном и сахаром	<u>200</u>	0,2	<u>0,1</u>	<u>6,6</u>	<u>27,9</u>	<u>54-3гн</u>
	Хлеб пшеничный	<u>40</u>	<u>3</u>	0,3	<u>19,7</u>	<u>93,8</u>	<u>Пром.</u>
	<u>Яблоко</u>	<u>120</u>	0,5	0,5	<u>11,8</u>	<u>53,3</u>	Пром.
Итого за завтрак		<u>570</u>	30,9	28,6	<u>66,3</u>	<u>646,4</u>	
Второй	<u>Зефир</u>	70	0,2	0	23,9	97,0	Пром.
завтрак							
Итого за второй завтрак		<u>70</u>	0,2	0	23,9	97,0	
Обед							



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ <u>12.04.2024г.</u>

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём	Наименование	Bec	Пищевые вещества		Энергетическая	No	
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценность	рецептуры
Неделя 1							
День 11							
Завтрак	Плов из отварной курицы	210	3	22,9 7	<u>15,14</u>	437	<u>16</u>
	Компот из смеси с/ф	200	0,6	0	21,4	91	<u>35</u>
	<u>Яблоко</u>	<u>100</u>	5,8	0	21,36	<u>103</u>	TP TC021/2 011
	<u>Хлеб пшеничный</u>	40	1,2	0,4	1,1	<u>20</u>	<u>ΓΟСТ26</u> <u>983-</u> <u>2015</u>
Итого за завтрак		<u>550</u>	10,6	23,3 7	<u>59</u>	<u>651</u>	
Второй завтрак	Зефир	120	1,1	1,45	1,2	<u>70</u>	<u>ΓΟСТ24</u> <u>901-</u> <u>2014</u>
Итого за второй завтрак		120	1 1	1 45	1.2	70	
Обед	ло за второй завтрак	120	1,1	1,45	1,2	<u>70</u>	