ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

27.12.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
27.12.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Плов с курицей	200	26,4	27,9	32,8	488	54-12м
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
Итого за завтрак		580	34,8	32,6	62,7	684,2	
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром.
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром.
Обед							