ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:00AA2B907BEAF4B45F6D9E4266849E83B1
Владелец: Мешкова Татьяна
ПетровнаДействителен:с20.09.2024до14.12.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

24.01.2025 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	53-19з
	Каша вязкая молочная овсяная	100	4,3	5,6	17,1	136,4	54-9к
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Чай с молоком и сахаром	150	1,2	0,9	6,5	38,2	54-4гн
	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	Пром.
	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5	Пром.
Итого за завтрак		503	20,2	25,8	55,8	535,5	
Второй завтрак							
Итого за второй завтрак							
Обед							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:00AA2B907BEAF4B45F6D9E4266849E83B1
Владелец: Мешкова Татьяна
ПетровнаДействителен:с20.09.2024до14.12.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
24.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	190	7,8	10,6	30,8	249,9	54-29к
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2 гн
	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	Пром.
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	54-1з
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
Итого за завтрак		625	23,7	24,4	71,4	599,6	
Второй завтрак	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6	
Итого за второй завтрак		240	5,8	4	25,7	162,2	
Обед							