

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
29.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8	№8
	Рыба тушеная в томате с овощами (Минтай)	100	13.9	7.4	6.3	147.3	№14
	Соус красный основной	30	1	0.7	2.7	21.2	№11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81	№19
	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		620	33.3	10.1	92.1	592.5	
Дополнительный завтрак ОВЗ	Сок абрикосовый	100	0.5	0	12.7	70	пром
	банан	100	1.5	0.5	21	94.5	пром
Итого за второй завтрак		200	2	0.5	33.7	164.5	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Горошница	180	17.3	1.6	40.5	245.8	№8
	Рыба тушеная в томате с овощами (Минтай)	90	12.5	6.7	5.70	132.5	№14
	Соус красный основной	30	1	0.7	2.7	21.2	№11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81	№19
	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		640	34.7	9.7	98.2	618.7	
Дополнительный завтрак ОВЗ	Сок абрикосовый	100	0.5	0	12.7	70	пром
	банан	100	1.5	0.5	21	94.5	пром
Итого за второй завтрак		200	2	0.5	33.7	164.5	

