

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
12.03.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Неделя 1 День 2								
Завтрак	<u>Каша гречневая рассыпчатая</u>	<u>150</u>	<u>8.2</u>	<u>6.3</u>	<u>35.9</u>	<u>233.7</u>	<u>№5</u>	<u>19.00</u>
	<u>Котлета из говядины</u>	<u>65</u>	<u>11.9</u>	<u>11.3</u>	<u>10.7</u>	<u>191.9</u>	<u>№16</u>	<u>22.02</u>
	<u>Компот из свежих яблок</u>	<u>150</u>	<u>0.1</u>	<u>0.1</u>	<u>7.4</u>	<u>31.2</u>	<u>№23</u>	<u>6.83</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0.3</u>	<u>19.7</u>	<u>93.8</u>	<u>пром</u>	<u>2.56</u>
	<u>яблоко</u>	<u>100</u>	<u>0.4</u>	<u>0.4</u>	<u>9.8</u>	<u>44.4</u>	<u>пром</u>	<u>14.22</u>
Итого за завтрак		<u>505</u>	<u>23.6</u>	<u>18.4</u>	<u>83.5</u>	<u>470</u>		<u>64.63</u>
Дополнительный завтрак ОВЗ	<u>Молоко2\5%</u>	<u>100</u>	<u>2.9</u>	<u>2.5</u>	<u>4.8</u>	<u>53.3</u>	<u>пром</u>	<u>4.67</u>
	<u>банан</u>	<u>100</u>	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	<u>94.5</u>	<u>пром</u>	<u>9.00</u>
Итого за второй завтрак		<u>200</u>	<u>4.4</u>	<u>3</u>	<u>25.8</u>	<u>147.8</u>		<u>78.30</u>

Возрастная категория с 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			белки	жиры	углеводы			
Неделя 1 День 2								
Завтрак	<u>Каша гречневая рассыпчатая</u>	<u>200</u>	<u>11</u>	<u>8.5</u>	<u>47.9</u>	<u>311.6</u>	<u>№5</u>	<u>19.02</u>
	<u>Котлета из говядины</u>	<u>70</u>	<u>12.8</u>	<u>12.2</u>	<u>11.50</u>	<u>206.7</u>	<u>№16</u>	<u>21.10</u>
	<u>Компот из свежих яблок</u>	<u>200</u>	<u>0.2</u>	<u>0.1</u>	<u>9.9</u>	<u>41.6</u>	<u>№23</u>	<u>5.83</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0.3</u>	<u>19.7</u>	<u>93.8</u>	<u>пром</u>	<u>2.56</u>
	<u>яблоко</u>	<u>100</u>	<u>0.4</u>	<u>0.4</u>	<u>9.8</u>	<u>44.4</u>	<u>пром</u>	<u>12.94</u>
Итого за завтрак		<u>610</u>	<u>27.4</u>	<u>21.5</u>	<u>98.8</u>	<u>698.1</u>		<u>61.45</u>
Дополнительный завтрак ОВЗ	<u>Молоко2\5%</u>	<u>100</u>	<u>2.9</u>	<u>2.5</u>	<u>4.8</u>	<u>53.3</u>	<u>пром</u>	<u>4.67</u>
	<u>банан</u>	<u>100</u>	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	<u>94.5</u>	<u>пром</u>	<u>9.00</u>
Итого		<u>200</u>	<u>4.4</u>	<u>3</u>	<u>25.8</u>	<u>147.8</u>		<u>78.30</u>

