



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

15.02.2024г.

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 | | |
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | |
| 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 | |

