

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

02.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Макароны отварные	150	3,3	4,9	22,6	196,8	54-1Г
	Чай с\с и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3Г
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	105,5	промыш
	Бефстроганов из куриного мяса	90\60	10,06	10,26	14,13	210,96	54-25м, 54-1с-с
	Фрукт (яблоко)	130	0,4	0,4	9,58	44,4	промыш
Итого за завтрак		670	17,46	16,76	76,71	606,86	
Второй завтрак	Узелок с творогом	60	1,2	1,45	24	108	
	Чай с\с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2ГН
Итого за второй завтрак		160	1,3	1,45	27,2	120,7	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
02.02.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,6	196,8	54-1Г
	Чай с\с и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3Г
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	промыш
	Бефстроганов из куриного мяса	90\60	17,66	16,96	14,13	210,96	54-25М
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,58	44,4	промыш
Итого за завтрак		640	26,96	22,76	84,01	646,86	
Второй завтрак	Корж молочный	40	1,2	1,45	24	108	
	Чай с\с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-2ГН
Итого за второй завтрак		140	1,3	1,45	27,2	120,7	
Обед	Винегрет овощной	60	0,6	5,3	4,1	67,1	54-16з
	Борщ с картофелем с капустой со сметаной	200	2,13	5,33	12,1	192,1	54-2с
	Бефстроганов из мяса	90\60	19,32	17,41	19,07	209,79	54-1М
	Макароны отварные	180	5,4	4,9	54,8	196,8	54-1Г
	Чай с\с	200	0,2	0,1	16,5	26,8	54-3ГН
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	145,5	промыш
Итого за обед		830	31,05	33,44	127,67	838,09	