

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.04.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10						
Завтрак	Горошница	9.6	0.9	22.5	136.6	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	14.5	7.8	6.6	154.6	54-11р
	Соус красный основной	1	0.7	2.7	21.2	54-3соус
	Чай с сахаром	0.1	0	4.8	20.1	54-2гн
	Фрукт	1.8	0.6	25.2	113.4	Пром.
	Хлеб пшеничный	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за завтрак		31,3	10,3	113,3	671,7	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.04.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10						
Завтрак	Горошница	9.6	0.9	22.5	136.6	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	15.2	8.2	6.9	162	54-11р
	Соус красный основной	2	1.5	5.3	42.4	54-3соус
	Чай с сахаром	0.2	0	6.4	26.8	54-2гн
	Кондитерское изделие	0.4	0.1	39.9	161.7	Пром.
	Хлеб пшеничный	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за завтрак		31	10,9	127,6	731,8	
Обед	Суп с рыбными консервами (горбуша)	11.9	5.7	18.6	173.5	54-12с
	Картофель тушеный с мясом	13.8	21.7	28.2	363.1	52
	Яйцо вареное	4.8	4	0.3	56.6	54-6о
	Компот из смеси сухофруктов	0.3	0	17.8	72.7	54-1хн
	Хлеб ржаной	6.6	1.2	33.4	170.8	Пром.
	Фрукт	0.8	0.8	18.6	84.4	Пром.
Итого за обед		38.2	33.4	116.9	921.1	