

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 2729861362D0FD3823F7B1510FA35B1C
Владелец: Такмурина Ольга Николаевна
Действителен: с 08.05.2024 до 01.08.2025

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
17.12.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|-----------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 2 | | | | | | |
| Завтрак | Яйцо вареное | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | 54-6о |
| | Плов из булгура с курицей | 15.8 | 7 | 31 | 249.8 | 54-15м |
| | Компот из смеси сухофруктов | 0.4 | 0 | 19.8 | 80.8 | 54-35хн |
| | Хлеб пшеничный | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | Пром. |
| | Фрукт | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 44.4 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 24.4 | 11.7 | 80.6 | 525.4 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром. |
| Итого за второй завтрак | | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
17.12.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 2 | | | | | | |
| Завтрак | Плов из булгура с курицей | 19.7 | 8.7 | 38.8 | 312.3 | 54-26м |
| | Компот из смеси сухофруктов | 0.5 | 0 | 19.8 | 81 | 54-1хн |
| | Фрукт | 1.7 | 0.6 | 24.2 | 108.7 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 24.9 | 9.6 | 102.5 | 595.8 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | | | | | Пром. |
| | | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |
| Итого за второй завтрак | | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |
| Обед | Сыр твердых сортов в нарезке | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 | 54-1з |
| | Салат из белокочанной капусты | 2.5 | 10.1 | 10.4 | 143 | 54-7з |
| | Суп из овощей с фрикадельками мясными | 10.8 | 7.6 | 17.4 | 181.1 | 54-5с |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 6.4 | 6.5 | 35.5 | 225.8 | 54-12г |
| | Бефстроганов из мяса кур | 11.7 | 13.1 | 4.1 | 181.1 | 50 |
| | Чай с сахаром (вариант 2) | 0.1 | 0 | 5.2 | 21.4 | 54-45гн |
| | Фрукт | 0.4 | 0.4 | 10.8 | 48.8 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 6.6 | 1.2 | 33.4 | 170.8 | Пром. |
| Итого за обед | | 45.5 | 47.8 | 116.8 | 1079.5 | |