

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
24.12.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 2 | | | | | | |
| Завтрак | Гуляш из мяса кур | 17.5 | 7.4 | 0.9 | 140.6 | 51 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 5.5 | 4.2 | 24 | 155.8 | 54-4г |
| | Компот из свежих яблок | 0.2 | 0.1 | 9.9 | 41.6 | 54-32хн |
| | Банан | 1.5 | 0.5 | 21 | 94.5 | Пром. |
| | хлеб пшеничный йодированный | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 27.7 | 12.5 | 75.5 | 526.3 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром. |
| Итого за второй завтрак | | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
24.12.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|-------------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 2 | | | | | | |
| Завтрак | Гуляш из мяса кур | 20.1 | 8.6 | 1 | 161.6 | 51 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 5.5 | 4.2 | 24 | 155.8 | 54-4г |
| | Компот из свежих яблок | 0.2 | 0.1 | 9.9 | 41.6 | 54-32хн |
| | Банан | 2.3 | 0.8 | 31.5 | 141.8 | Пром. |
| | хлеб пшеничный йодированный | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 31.1 | 14 | 86.1 | 594.6 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром |
| Итого за второй завтрак | | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |
| Обед | Салат из моркови и яблок | 0.9 | 10.2 | 7.1 | 123.8 | 54-11з |
| | Борщ с фасолью | 3.9 | 6.4 | 15.4 | 134.4 | 54-19с |
| | Картофель тушеный с мясом кур | 17.6 | 22.3 | 16.8 | 338.6 | 52 |
| | Яйцо вареное | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | 54-6о |
| | Хлеб ржаной | 6.6 | 1.2 | 33.4 | 170.8 | Пром. |
| | Сок абрикосовый | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром. |
| | хлеб пшеничный йодированный | 3.8 | 0.4 | 24.6 | 117.2 | Пром. |
| Итого за обед | | 38.9 | 44.5 | 129.4 | 1073.4 | |