

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.03.2025г.

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.
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за завтрак		25,7	11,7	112,4	657,4	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.03.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

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	19.7	8.7	38.8	312.3	54-26м
	Компот из смеси сухофруктов	0.4	0	19.8	80.8	54-1хн
	Фрукт	1.8	0.4	16.2	75.6	Пром.
	Хлеб пшеничный	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Второй завтрак	Сок абрикосовый					Пром.
		1.3	0	31.8	132	
Итого за завтрак		31	13,4	126,6	751,1	
	Суп из овощей с фрикадельками мясными	13	9.1	20.9	217.3	54-5с
	Каша пшенная рассыпчатая	6.4	6.5	35.5	225.8	54-12г
	Бефстроганов из мяса кур	22.6	14.9	2.2	233.1	50
	Чай с сахаром (вариант 2)	0.1	0	6.5	26.7	54-45гн
	Фрукт	0.6	0.6	13.7	62.2	Пром.
	Хлеб ржаной	6.6	1.2	33.4	170.8	Пром.
Итого за обед		49.3	32.3	112.2	935.9	