

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
13.03.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9						
Завтрак	Плов с курицей	21.8	6.5	26.6	251.7	54-12м
	Компот из смеси сухофруктов	0.5	0	20.8	85	54-1хн
	Фрукт	1.5	0.5	21	94.5	Пром.
	Хлеб пшеничный	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	
Итого за завтрак		28,1	7,3	119,9	657	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
13.03.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9						
Завтрак	Плов с курицей	15.3	14.7	38.6	348.2	54-11м
	Компот из смеси сухофруктов	0.5	0	19.8	81	54-1хн
	Фрукт	0.4	0.4	9.8	44.4	Пром.
	Хлеб пшеничный	1.5	0.2	9.8	46.9	Пром.
	Хлеб ржаной	2	0.4	10	51.2	Пром.
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1,3	0	31,8	132	Пром.
Итого за завтрак		21	15,7	119,8	703,7	
Обед	Суп гороховый (вариант 2)	9.8	4.2	22.4	166.4	54-25с
	Макароны отварные	7.1	6.6	43.7	262.4	54-1г
	Бефстроганов из отварной говядины	18	18.6	2.9	251.1	54-1м
	Чай с лимоном и сахаром	0.3	0.1	8.3	34.9	54-3гн
	Кондитерское изделие	5.3	6.9	52.1	291.1	Пром.
	Хлеб ржаной	6.6	1.2	33.4	170.8	Пром.
Итого за обед		47.1	37.6	162.8	1176.7	