

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.11.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая молочная пшеница | 200 | 8.3 | 10.1 | 37.6 | 274.9 | 54-6к |
| | Яйцо вареное | 40 | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | 54-6о |
| | Какао с молоком | 250 | 5.9 | 4.4 | 15.6 | 125.5 | 54-21гн |
| | Апельсин | 150 | 1.4 | 0.3 | 12.2 | 56.7 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 15 | 1 | 0.2 | 5 | 25.6 | Пром. |
| Итого за завтрак | | | | | | | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 250 | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром. |
| Итого за второй завтрак | | | | | | | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.11.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|---|------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая молочная пшеничная | 200 | 8.3 | 10.1 | 37.6 | 274.9 | 54-6к |
| | Яйцо вареное | 40 | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | 54-6о |
| | Какао с молоком | 250 | 5.9 | 4.4 | 15.6 | 125.5 | 54-21гн |
| | Апельсин | 170 | 1.5 | 0.3 | 13.8 | 64.3 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3.3 | 0.6 | 16.7 | 85.4 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 710 | 23.8 | 19.4 | 84 | 606.7 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 250 | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром. |
| Итого за второй завтрак | | 250 | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1.6 | 10.1 | 9.6 | 135.9 | 54-8з |
| | Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 200 | 5 | 5.8 | 11.3 | 116.9 | 54-11с |
| | Горошница | 130 | 12.5 | 1.1 | 29.3 | 177.5 | 54-21г |
| | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) | 100 | 13.9 | 7.4 | 6.3 | 147.3 | 54-11р |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.5 | 0 | 19.8 | 81 | 54-1хн |
| | Банан | 160 | 2.4 | 0.8 | 33.6 | 151.2 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 100 | 6.6 | 1.2 | 33.4 | 170.8 | Пром. |