

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
20.11.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 8							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	100	5.5	4.2	24	155.8	54-4г
	Котлета из говядины	75	13.7	13	12.3	221.4	54-4м
	Компот из свежих яблок	180	0.1	0.1	8.9	37.4	54-32хн
	Фрукт	115	0.5	0.5	11.3	51.1	Пром.
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>500</b>	<b>22.1</b>	<b>18</b>	<b>71.3</b>	<b>536</b>	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>250</b>	<b>1.3</b>	<b>0</b>	<b>31.8</b>	<b>132</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
20.11.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 8							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	110	6	4.7	26.4	171.4	54-4г
	Котлета из говядины	70	12.8	12.2	11.5	206.7	54-4м
	Компот из свежих яблок	210	0.2	0.1	10.4	43.6	54-32хн
	Фрукт	30	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
	Хлеб пшеничный йодированный	130	2	0.7	27.3	122.9	Пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23.3</b>	<b>17.9</b>	<b>90.4</b>	<b>614.9</b>	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>250</b>	<b>1.3</b>	<b>0</b>	<b>31.8</b>	<b>132</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.6	10.1	9.6	135.9	54-8з
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	6.4	7.2	13.5	144.5	54-10с
	Рагу из курицы	200	21	7	17.5	217.3	54-22м
	хлеб пшеничный йодированный	80	6.1	0.6	39.4	187.5	Пром.
	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6	Пром.
	Апельсин	210	1.9	0.4	17	79.4	Пром.