

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 71E295DB4D9C7D49D72938544766CEF7  
Владелец: Такмурзина Ольга Николаевна

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14.10.2024г.

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 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	150	1.4	0.3	12.2	56.7	Пром.
	Хлеб ржаной	15	1	0.2	5	25.6	Пром.
<b>Итого за завтрак</b>							
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
<b>Итого за второй завтрак</b>							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 71E295DB4D9C7D49D72938544766CEF7  
Владелец: Такмурзина Ольга Николаевна

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
14.10.2024г.

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.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>710</b>	<b>23.8</b>	<b>19.4</b>	<b>84</b>	<b>606.7</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 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.