ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 71E295DB4D9C7D49D72938544766CEF7 Владелец: Такмурзина Ольга Николаевна

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ <u>10.09.2024г.</u>

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём	Наименование	Bec	Пищевые вещества			Энергетическая	№
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценность	рецептуры
Неделя 1							
День 7							
Завтрак	Сыр твердых сортов в	30	7	8.9	0	107.5	54-13
	нарезке						
	Каша жидкая молочная	150	4	4.1	21.5	138.4	54-25.1к
	рисовая						
	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-6o
	Чай с молоком и сахаром	180	1.4	1	7.7	45.8	54-4гн
	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак							•
Второй							Пром.
завтрак	Сок абрикосовый	220	1.1	0	27.9	116.2	
Итого за второй завтрак							
Обед							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 71E295DB4D9C7D49D72938544766CEF7 Владелец: Такмурзина Ольга Николаевна

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ <u>10.09.2024г.</u>

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём	Наименование	Bec	Пищевые вещества			Энергетическая	$N_{\underline{0}}$
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценность	рецептуры
				_			
Неделя 1							
День 7							
Завтрак	Сыр твердых сортов в		7	8.9	0	107.5	54-13
	нарезке	30					
	Каша жидкая молочная	200	4.6	5.8	24.3	167.2	54-26к
	рисовая						
	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4	54-21гн
	Ватрушка с повидлом	200	3.7	1.7	38.8	185.3	54-14в
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак		670	23	20.2	95.3	654.2	
Второй	апельсин	200	1.1	0.2	9.7	45.4	Пром.
завтрак							
Итого за второй завтрак		200	1.1	0.2	9.7	45.4	
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1.3	4.5	7.6	76.1	54-133
	Суп с рыбными	250	5.1	5.8	10.8	115.6	54-10c
	консервами						
	Горошница	200	19.3	1.8	45	273.1	54-21г
	Рыба тушеная в томате с	100	13.9	7.4	6.3	147.3	54-11p
	овощами (минтай)						
	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6	54-32хн
	Апельсин	140	1.3	0.3	11.3	52.9	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.