

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 71E295DB4D9C7D49D72938544766CEF7
Владелец: Такмурзина Ольга Николаевна

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.09.2024г.

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	Макароны отварные	200	7.1	6.6	43.7	262.4	54-1г
	Рагу из курицы	90	9.4	3.2	7.9	97.8	54-22м
	Вафли с фруктовыми начинками	<u>50</u>	1.4	1.7	38.7	175.1	Пром.
	Сок абрикосовый	<u>200</u>	1	0	25.4	105.6	Пром.
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4	Пром.
	Хлеб пшеничный	<u>40</u>	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак		680	22.3	12.2	145.2	779.1	
Второй завтрак	яблоко	150	0.5	0.5	11.8	53.3	Пром.
Итого за второй завтрак		150	0.5	0.5	11.8	53.3	
Обед	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8	54-11з
	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	5.9	6.8	12.5	134.6	54-27с
	Голубцы ленивые	200	16.9	15.3	12.8	256.6	54-3м
	Компот из яблок с лимоном	200	0.2	0.2	11	46.7	54-34хн
	Печенье	50	3.8	4.9	37.2	207.9	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.