

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 71E295DB4D9C7D49D72938544766CEF7
Владелец: Такмурзина Ольга Николаевна

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
23.09.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Каша гречневая	200	11	8.5	47.9	311.6	54-4г
	Котлета	90	16.4	15.7	14.8	265.7	54-4м
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	54-2гн
	Вафли	50	1.4	1.7	38.7	175.1	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак		580	32	26.2	127.5	873	
Второй завтрак	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4	Пром.
Итого за второй завтрак		100	0.4	0.4	9.8	44.4	
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	2.5	10.1	10.4	143	54-7з
	Борщ с фасолью	250	3.9	6.4	15.4	134.4	54-19с
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6	54-4г
	Рагу из курицы	100	10.5	3.5	8.8	108.7	54-22м
	Сок абрикосовый	200	1	0	25.4	105.6	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.