

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

09.01.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4						
Завтрак	Рис с овощами	3.2	5.7	26	167.8	54-26г
	Биточек из говядины	9.1	8.7	8.2	147.6	54-6м
	Компот из смеси сухофруктов	0.4	0	19.8	80.8	54-35хн
	Фрукт	1.4	0.3	12.2	56.7	Пром.
	хлеб пшеничный йодированный	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
Итого за завтрак		16.4	14.9	81	523.2	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		1.3	0	31.8	132	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
09.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4						
Завтрак	Рис с овощами	3.2	5.7	26	167.8	54-28г
	Биточек из говядины	9.1	8.7	8.2	147.6	54-6м
	Яйцо вареное	4.8	4	0.3	56.6	
	Компот из смеси сухофруктов	0.4	0	15.8	64.8	54-1хн
	Фрукт	0.4	0.4	9.8	44.4	Пром.
	хлеб пшеничный йодированный	3.8	0.4	24.6	117.2	Пром.
Итого за завтрак		21.7	19.2	84.7	598.4	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		1.3	0	31.8	132	
Обед	Салат из моркови и яблок	0.9	10.2	7.1	123.8	54-11з
	Суп с рыбными консервами (сайра)	7.4	8.4	15.7	168.3	54-27с
	Каша перловая рассыпчатая	5.9	7	40.7	249.5	54-5г
	Бефстроганов из мяса кур	22.6	14.9	2.2	233.1	50
	Компот из яблок с лимоном	0.2	0.2	11	46.7	54-34хн
	Хлеб ржаной	3.3	0.6	16.7	85.4	Пром.
	Вафли	2	15.3	31.3	270.5	Пром.
Итого за обед		42.3	56.6	124.7	1177.3	