

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

23.01.2025г.

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.
Второй завтрак	Сок абрикосовый	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за завтрак		17.7	14.9	112.8	655.2	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
23.01.2025г.

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.
Второй завтрак	Фрукт	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром.
Итого за завтрак		23	19,2	116,5	730,4	
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.
	Кондитерское изделие	2	15.3	31.3	270.5	Пром.
Итого за обед		42.3	56.6	124.7	1177.3	