

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

15.04.2025

15.04.2025							
Приём пищи	Наименование блюда	12-18 лет					№ рецептур ы
		Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	
Белк и	Жир ы		Углевод ы				
Недел 1 День 2							
Завтрак	Гуляш из мяса кур	100	20,1	10,3	0,9	176,7	51
	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,5	4,2	24	155,8	54-4г
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
	яблоко	150	2,3	0,8	31,5	141,8	Пром.
	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
	Итого за Завтрак	690	31,1	15,7	86	609,7	
Второй завтрак							
Обед	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,1	123,8	54-11з
	Борщ с фасолью	250	3,9	6,4	15,4	134,4	54-19с
	плов из отварной говядины	150	15,1	23,5	30,6	394,7	52
	Сок абрикосовый	250	1,3	0	31,8	132	Пром.
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	170,8	Пром.
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
	Итого за Обед	930	35,6	45,6	138,3	1106,1	