

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

03.03.2025

03.03.2025							
Приём пищи	Наименование блюда	7-11 лет					№ рецептуры
		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	
			Белк и	Жиры	Углевод ы		
Недел 1 День 1							
Завтрак	Каша вязкая молочная пшениная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	54-6к
	яйцо	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Какао с молоком	200	7	5,3	18,7	150,6	54-21гн
	яблоко	120	0,8	0,2	6,9	32,1	Пром.
	Хлеб ржаной	40	1	0,2	5	25,6	Пром.
	Итого за Завтрак	600	21,9	19,8	68,5	539,8	
Второй завтрак							
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	70	1,6	10,1	9,6	135,9	54-8з
	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	5	5,8	11,3	116,9	54-11с
	Горошница	150	12,5	1,1	29,3	177,5	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	13,9	7,4	6,3	147,3	54-11р
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8	80,8	54-35хн
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	170,8	Пром.
	Итого за Обед	800	40	25,6	109,7	829,2	