

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.03.2024г.

Возрастная категория: 7 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя День4							
Завтрак	<u>РИС С ОВОЦАМИ</u>	<u>160</u>	<u>3,8</u>	<u>5,1</u>	<u>38,9</u>	<u>217,1</u>	<u>54,6г</u>
	<u>БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ</u>	<u>90</u>	<u>16,4</u>	<u>15,7</u>	<u>14,8</u>	<u>265,7</u>	<u>54-6м</u>
	<u>КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ</u>	<u>200</u>	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>14</u>	<u>56,8</u>	<u>54,25хн</u>
	<u>АПЕЛЬСИН</u>	<u>130</u>	<u>1,2</u>	<u>0,3</u>	<u>10,5</u>	<u>49,1</u>	<u>пром</u>
	<u>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</u>	<u>30</u>	<u>2,3</u>	<u>0,2</u>	<u>14,8</u>	<u>70,3</u>	<u>пром</u>
Итого за завтрак							
Второй завтрак							
	<u>Кондитерское изд вафли</u>	<u>50</u>	<u>11</u>	<u>1,45</u>	<u>14,8</u>	<u>70,3</u>	<u>ПРОМ</u>
Итого за второй завтрак							
Обед	<u>САЛАТ СКОРТОФЕЛЕМ ОГУР.СОЛЕН</u>	<u>100</u>	<u>1,2</u>	<u>3,23</u>	<u>48,8</u>	<u>60,69</u>	<u>№21</u>
	<u>СУП ЛОПША С КУРИЦЕЙ</u>	<u>250</u>	<u>8,1</u>	<u>6,38</u>	<u>33,24</u>	<u>238,6</u>	<u>№38</u>
	<u>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</u>	<u>200</u>	<u>1,5</u>	<u>10,5</u> <u>7</u>	<u>15,82</u>	<u>45,9</u>	<u>№6</u>
	<u>СОК</u>	<u>200</u>	<u>1</u>	<u>0</u>	<u>20,2</u>	<u>184,8</u>	<u>№61</u>
	<u>КЕКС</u>	<u>50</u>	<u>11</u>	<u>1,45</u>	<u>40</u>	<u>70</u>	<u>ГОСТ24</u> <u>901-</u> <u>2014</u>
	<u>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</u>	<u>30</u>	<u>2,3</u>	<u>0,2</u>	<u>14,8</u>	<u>70,3</u>	<u>пром</u>