



Меню пригодявливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 3								
День 1								
Возрастная категория: 7-11 лет								
Завтрак	Закуска порционная (помидоры свежие)	40	0,44	0,08	1,52	9,6		982
	Ежики мясные с соусом (говядина крупа рисовая, лук реп., соль йод., соус красный основной)	80/30	11,5	9,7	7,7	164,9		1027
	Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло слив., соль йод.)	150	5,3	3,9	32,7	187,5		307
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	0,38	0,13	18,2	75,61		667
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,25	0,3	15,3	75		-
	Банан	219	3,2	1	45,9	210		
	Итого за завтрак:		749	23,07	15,11	121,32	722,61	
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	14,4		982
	Ежики мясные с соусом (говядина крупа рисовая, лук реп., соль йод., соус красный)	80/30	11,5	9,7	7,7	164,9		1027
	Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло слив., соль йод.)	180	6,3	4,7	39,2	225		307
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	200	0,38	0,13	18,2	75,61		667