



Меню приготавливаемых блюд

При изготовлении НЕ ПРИМЕНЯЛИСЬ: пищевые добавки, биологические активные добавки, продукты изготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Рацион: 1 цикличное меню 2025 7-11 лет

03.02.25

2неделя

День: 1

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая | № рецепту |
|----------------|---|-------------------|------------------|--------------|--------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | Яйца вареные 40 | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 62,8 | 209 |
| | Сыр порционно 10 | 10 | 2,32 | 2,95 | | 36,4 | 15 |
| | Каша вязкая молочная из рисовой крупы 200 | 200 | 4,72 | 7,85 | 33,25 | 223 | 174,06 |
| | Чай с сахаром лимоном 200/11 | 200 | 0,26 | 0,03 | 11,26 | 47,79 | 377,06 |
| | Батон йодированный 50 | 50 | 3,85 | 1,5 | 25,75 | 134,48 | 28,1 |
| | Итого за Завтрак | 500 | 16,23 | 16,93 | 70,54 | 504,47 | |
| | | Стоимость рациона | | 74,05руб | | | |
| Обед | | | | | | | |
| | Салат морковный 60 | 60 | 0,73 | 4,25 | 3,89 | 57,5 | 52,09 |
| | Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной 200/10 | 210 | 1,94 | 4,81 | 12,46 | 101,5 | 82,25 |
| | Плов из птицы 200 | 200 | 14,44 | 18,59 | 27,49 | 335,29 | 291 |
| | Компот из свежих яблок 200 | 200 | 0,59 | 0,05 | 18,58 | 77,94 | 349,03 |
| | хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,34 | | 14,4 | 71,1 | 28 |
| | Хлеб ржано-пшеничный 40 | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,86 | 79,2 | 481,06 |
| | Итого за Обед | 730 | 27,31 | 27,42 | 95,64 | 745,73 | |
| | | Стоимость рациона | | 111,07руб | | | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Булочка едобная с яблоками 100 | 100 | 8,07 | 9,33 | 61,98 | 364,01 | 493,02 |
| | Чай с молоком 200/11 | 200 | 1,82 | 1,42 | 13,74 | 75,65 | 378 |
| | Итого за Полдник | 300 | 9,89 | 10,75 | 75,72 | 439,66 | |
| | Итого за день | 1 530 | 53,43 | 55,1 | 241,9 | 1 689,86 | |
| | | Стоимость рациона | | 55,53руб | | | |

Зав.производством

С. Ковалева

