



### Меню приготовляемых 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

04.03.2025

2 неделя

День: 2

| Прием пищи     | Наименование блюда                                 | Вес блюда         | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая | № рецепту |
|----------------|--|-------------------|------------------|--------------|---------------|----------------|-----------|
|                |  |                   | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                |           |
| <b>Завтрак</b> |  |                   |                  |              |               |                |           |
|                | Котлета куриная л/ф 70                             | 70                | 11,64            | 4,96         | 43,8          | 266,39         | 294       |
|                | Чай с сахаром 200/11                               | 200               | 0,2              | 0,02         | 11,05         | 45,41          | 376       |
|                | Батон йодированный 40                              | 40                | 2,31             | 0,9          | 15,5          | 80,69          | 28,08     |
|                | Рис припущенный с овощами 150                      | 150               | 4,15             | 4,9          | 39,47         | 219,33         | 415,01    |
|                | Соус сметанный с томатом 30                        | 30                | 0,78             | 2,01         | 3,18          | 34,22          | 371,02    |
|                | <b>Итого за Завтрак</b>                            | <b>490</b>        | <b>21,08</b>     | <b>20,04</b> | <b>113,13</b> | <b>712,14</b>  |           |
|                |  | Стоимость рациона |                  | 74,05руб     |               |                |           |
| <b>Обед</b>    |  |                   |                  |              |               |                |           |
|                | Салат из отварной свеклы 60                        | 60                | 1                | 4,27         | 5,67          | 64,74          | 18,04     |
|                | Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 200 | 200               | 6,57             | 4,05         | 15,42         | 124,7          | 102       |
|                | Тефтели (2 вариант) с соусом томатным (24г)        | 90                | 7,83             | 11,87        | 7,89          | 170,11         | 462       |
|                | Картофель отварной 150                             | 150               | 3,14             | 6,05         | 25,2          | 168,16         | 125       |
|                | Напиток Витаминный                                 | 200               | 0,18             | 0,04         | 29            | 140            | 473       |
|                | хлеб пшеничный 30                                  | 30                | 2,34             |              | 14,4          | 71,1           | 28        |
|                | Хлеб ржано-пшеничный 40                            | 40                | 3,16             | 0,4          | 19,32         | 94             |           |
|                | <b>Итого за Обед</b>                               | <b>770</b>        | <b>22,26</b>     | <b>23,71</b> | <b>114,88</b> | <b>790,28</b>  |           |
|                |  | Стоимость рациона |                  | 111,07руб    |               |                |           |
| <b>Полдник</b> |  |                   |                  |              |               |                |           |
|                | Булочка домашняя 100                               | 100               | 8,43             | 4,67         | 53,65         | 289,48         | 424,02    |
|                | Чай с сахаром лимоном 200/11                       | 200               | 0,26             | 0,03         | 11,26         | 47,79          | 377,06    |
|                | <b>Итого за Полдник</b>                            | <b>300</b>        | <b>8,69</b>      | <b>4,7</b>   | <b>64,91</b>  | <b>337,27</b>  |           |
|                | <b>Итого за день</b>                               | <b>1560</b>       | <b>53</b>        | <b>42,64</b> | <b>312,11</b> | <b>1874,85</b> |           |
|                |  | Стоимость рациона |                  | 55,53руб     |               |                |           |

Зав.производством \_\_\_\_\_

