



Менюготавливаемых 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

07.03.2025

2 неделя День: 5

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая | № рецепта |
|----------------|---|-------------------|------------------|-----------|---------|----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | Горошек зеленый консервированный 30 | 30 | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12 | 8014 |
| | Омлет натуральный 120 | 120 | 11,1 | 17,96 | 2,07 | 214,5 | 210 |
| | Чай с сахаром 200/11 | 200 | 0,2 | 0,02 | 11,05 | 45,41 | 376 |
| | Батон йодированный 70 | 70 | 5,32 | 1,98 | 35,98 | 183,17 | 28,04 |
| | Яблоко свежее 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 338 |
| | Итого за Завтрак | 520 | 17,95 | 20,42 | 60,85 | 502,08 | |
| | | Стоимость рациона | | 74,05руб | | | |
| Обед | | | | | | | |
| | Винегрет овощной 60 | 60 | 0,95 | 3,66 | 5,8 | 61,52 | 46 |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем на бульоне 200 | 200 | 2,87 | 3,46 | 20,79 | 126,12 | 103 |
| | Рыба запеченная в сметанном соусе 90 | 90 | 16,26 | 9,04 | 6,13 | 171,69 | 232 |
| | Пюре картофельное 150 | 150 | 3,4 | 2,51 | 23,81 | 131,82 | 128 |
| | Напиток Витаминный | 200 | 0,18 | 0,04 | 29 | 140 | 473 |
| | хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,34 | | 14,4 | 71,1 | 28 |
| | Хлеб ржано-пшеничный 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,82 | 99 | 481,04 |
| | Итого за Обед | 780 | 29,52 | 18,74 | 120,88 | 800,3 | |
| | | Стоимость рациона | | 111,07руб | | | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Коржик ароматный 100 | 100 | 7,12 | 12,12 | 66,97 | 405,53 | 456,03 |
| | Чай с сахаром лимоном 200/11 | 200 | 0,26 | 0,03 | 11,26 | 47,79 | 377,06 |
| | Итого за Полдник | 300 | 7,38 | 12,15 | 78,23 | 453,32 | |
| | Итого за день | 1 600 | 54,85 | 51,35 | 259,96 | 1755,7 | |
| | | Стоимость рациона | | 55,53руб | | | |

Зав.производством _____

