



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			4.09.25			1 неделя		День: 1	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур		
			Белки	Жиры	Углевод				
Завтрак									
	Масло сливочное 10	10	2	7,25	0,13	66,1	14		
	Яйца вареные 40	40	5,08	4,6	0,28	62,8	209		
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом 200	200	8,43	10,89	41,75	299,5	200,09		
	Чай с сахаром 200/11	200	0,2	0,02	11,05	45,41	376		
	Батон йодированный 50	50	3,85	1,5	25,75	134,48	28,1		
	Итого за Завтрак	500	19,56	24,26	78,96	608,29			
Стоимость рациона 74,05руб									
Обед									
	Салат из отварной свеклы 60	60	1	4,27	5,62	64,74	18,04		
	Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной 200/10	210	3,74	6,19	9,25	108,41	88,25		
	Котлеты домашние 70	70	5,79	10,19	5,51	137,27	271,07		
	Соус томатный 20	20	0,21	1,21	1,44	17,64	364,05		
	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	6,97	5,44	31,47	202,45	259,01		
	Компот из смеси сухофруктов 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	780	23,28	27,83	102,13	758,75			
Стоимость рациона 111,07руб									
Полдник									
	Булочка дорожная 100	100	7,51	14,9	53,02	383,76	770		
	Чай с сахаром лимоном 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377,06		
	Итого за Полдник	300	7,77	14,93	64,28	431,55			
	Итого за день	1 580	50,61	67,02	245,37	1 798,59			
Стоимость рациона 55,53руб									

Зав.производством *А. Ковалев*

