



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

09.02.25

2неделя

День: 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Сыр порционно 10	10	2,32	2,95		36,4	15
	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	4,01
	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных	200	8,69	13,38	38,61	310,32	173,11
	Чай с сахаром лимоном 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377,00
	Батон йодированный 50	50	3,85	1,5	25,75	134,48	28,1
	Итого за Завтрак	500	20,2	22,46	75,9	591,79	
	Стоимость рациона		74,05руб				
Обед							
	Салат Осенний 60	60	0,45	3,12	3,92	47,29	30,03
	Суп из овощей со сметаной 200/10	210	3,38	6,31	8,47	104,71	99,16
	Биточек из говядины 70	70	11,4	12,92	11,44	207,34	404,26
	Соус томатный 20	20	0,21	1,21	1,44	17,64	364,05
	Рис припущенный с овощами 150	150	4,15	4,9	39,47	219,33	415,01
	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,59	0,05	18,58	77,94	349,00
	хлеб пшеничный 30	30	2,34		14,4	71,1	28
	Хлеб ржано-пшеничный 40	40	2,64	0,48	15,86	79,2	481,00
	Итого за Обед	780	25,16	28,99	113,58	824,55	
	Стоимость рациона		111,07руб				
Полдник							
	Печенье 50	50	10,25	5,75	33	225	
	Яблоко свежее 100	100	0,4	0,4	9,8	47	338
	Чай с молоком 200/11	200	1,82	1,42	13,74	75,65	378
	Итого за Полдник	350	12,07	7,17	46,74	300,65	
	Итого за день	1 630	57,83	59,02	246,02	1764	
	Стоимость рациона		55,53руб				

Зав.производством

С. Колмаева

