



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

10.09.25

1 неделя День: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углево		
Завтрак							
	Голень запеченая 70	70	14,78	14,78	0,34	191,92	442,06
	Соус томатный 30	30	0,47	1,21	1,91	20,53	371,03
	Макароны отварные с томатом 150	150	5,8	4,35	34,78	201,73	8,76
	Чай с сахаром 200/11	200	0,2	0,2	11,05	45,41	376
	Батон йодированный 50	50	25,1	21,86	73,83	594,07	338
	Итого за Завтрак	500	25,1	21,86	73,83	594,07	
Стоимость рациона			74,05руб				
Обед							
	Икра кабачковая 60	60	0,6	4,2	5,1	34,2	604,02
	Суп картофельный с рисом на курином бульоне 200	200	3,42	5,65	15,82	121	101
	Котлета куриная 70	70	10,72	13,33	4,13	179,13	220,59
	Соус сметанный 20	20	0,21	1,21	1,44	17,64	364,05
	Овощи запеченные 150	150	2,83	23,46	18,81	300,35	189,04
	Сок фруктовый 200	200	0,3	0,1	11,8	52	442,05
	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	770	21,72	46,76	86,84	832,23	
Стоимость рациона			111,07руб				
Полдник							
	Булочка сдобная с повидлом	100	8,07	9,33	61,98	364,01	493,01
	Чай с сахаром лимоном 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377,06
	Итого за Полдник	300	8,33	9,36	73,24	411,8	
	Итого за день	1 570	55,15	77,98	233,91	1838,1	
Стоимость рациона			55,53руб				

Зав.производством

И. Ковалев

