



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

Р. О. С. 25

1

День: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Котлета куриная п\ф 70	70	11,64	4,96	43,8	266,39	294
	Соус сметанный с томатом 30	30	0,89	1,36	3,6	30,67	372,01
	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	6,97	5,44	31,47	202,45	259,01
	Чай с сахаром лимоном 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377,06
	Батон йодированный 50	50	3,85	1,5	25,75	134,48	28,1
	Итого за Завтрак	500	23,61	13,29	115,88	681,78	
Стоимость рациона 74,05руб							
Обед							
	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	0,98	2,32	5,85	47,96	39,02
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10 на бульоне	210	1,94	4,81	12,46	101,5	82,25
	Рыба, тушенная в томате с овощами 90	90	0,35	4,55	3,78	57,64	274,05
	Пюре картофельное 150	150	3,2	7,07	21,43	162,54	362
	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,59	0,05	18,58	77,94	349,03
	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,3	0,6	19,82	99	481,04
	хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,4	19,32	94	
	Итого за Обед	800	13,52	19,8	101,24	640,58	
Стоимость рациона 111,07руб							
Полдник							
	Коржик ароматный 100	100	7,12	12,12	66,97	405,53	456,03
	Чай с сахаром 200/11	200	0,2	0,02	11,05	45,41	376
	Итого за Полдник	300	7,32	12,14	78,02	450,94	
	Итого за день	1600	44,45	45,23	295,14	1773,3	

Стоимость рациона 55,53руб

Зав.производством

И. С. Леваков

