

ООО "КУЛИНАР"



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 2024 7-11 лет

15.01.25

1 неделя

День: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>Завтрак</b>							
	Яйца вареные 40	40	5,08	4,6	0,28	62,8	209
	Сыр порционно 10	10	2,32	2,95		36,4	15
	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом 200	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	377,06
	Батон йодированный 50	50	3,85	1,5	25,75	134,48	28,1
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>20,2</b>	<b>22,46</b>	<b>75,9</b>	<b>591,79</b>	
	<b>Стоимость рациона</b>		<b>70,52руб.</b>				
<b>Обед</b>							
	Салат Осенний 60	60	0,45	3,12	3,92	47,29	30,03
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 200	200	6,57	4,05	15,42	124,7	102
	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
	Напиток Витаминный	200	0,18	0,04	29	140	473
	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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>27,94</b>	<b>26,72</b>	<b>130,95</b>	<b>906,6</b>	
	<b>Стоимость рациона</b>		<b>105,79руб.</b>				
<b>Полдник</b>							
	Печенье 30	30	6,15	3,45	19,8	135	
	Чай с молоком 200/11	200	1,82	1,42	13,74	75,65	378
	Яблоко свежее 100	100	0,4	0,4	9,8	47	338
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>330</b>	<b>8,37</b>	<b>5,27</b>	<b>43,34</b>	<b>257,65</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1600</b>	<b>56,51</b>	<b>54,45</b>	<b>250,19</b>	<b>1756,04</b>	
	<b>Стоимость рациона</b>		<b>52,89руб.</b>				

Зав.производством

*С. Новикова*

