



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

19.04.25

2неделя

День: 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	2неделя			День: 6	
			Пищевые вещества			Энерге- тически	№ рецепту
			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	377,06
	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	349,03
	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	25,16	28,99	113,58	824,55	
Стоимость рациона			111,08руб				
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			55,54руб				

Зав.производством

С. Ковалева

С

