



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 |                                                         |              | 21.03.           |       |         | 2неделя            |             | День: 5 |  |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|--------------------|-------------|---------|--|
| Прием<br>пищи                          | Наименование блюда                                      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |         | Энерге-<br>тически | №<br>рецепт |         |  |
|                                        |                                                         |              | Белки            | Жиры  | Углевод |                    |             |         |  |
| Завтрак                                |                                                         |              |                  |       |         |                    |             |         |  |
|                                        | Горошек зеленый консервированный 30                     | 30           | 0,93             | 0,06  | 1,95    | 12                 | 8014        |         |  |
|                                        | Омлет натуральный 120                                   | 120          | 11,1             | 17,96 | 2,07    | 214,5              | 210         |         |  |
|                                        | Чай с сахаром 200/11                                    | 200          | 0,2              | 0,02  | 11,05   | 45,41              | 376         |         |  |
|                                        | Батон йодированный 70                                   | 70           | 5,32             | 1,98  | 35,98   | 183,17             | 28.04       |         |  |
|                                        | Яблоко свежее 100                                       | 100          | 0,4              | 0,4   | 9,8     | 47                 | 338         |         |  |
| Итого за Завтрак                       |                                                         | 520          | 17,95            | 20,42 | 60,85   | 502,08             |             |         |  |
| Стоимость рациона                      |                                                         |              | 74,05руб         |       |         |                    |             |         |  |
| Обед                                   |                                                         |              |                  |       |         |                    |             |         |  |
|                                        | Винегрет овощной 60                                     | 60           | 0,95             | 3,66  | 5,8     | 61,52              | 46          |         |  |
|                                        | Суп с макаронными изделиями и картофелем на бульоне 200 | 200          | 2,87             | 3,46  | 20,79   | 126,12             | 103         |         |  |
|                                        | Рыба запеченная в сметаном соусе 90                     | 90           | 16,26            | 9,04  | 6,13    | 171,69             | 232         |         |  |
|                                        | Пюре картофельное 150                                   | 150          | 3,4              | 2,51  | 23,81   | 131,82             | 128         |         |  |
|                                        | Напиток Витаминный                                      | 200          | 0,18             | 0,04  | 29      | 140                | 473         |         |  |
|                                        | хлеб пшеничный 30                                       | 30           | 2,34             |       | 14,4    | 71,1               | 28          |         |  |
|                                        | Хлеб ржано-пшеничный 50                                 | 50           | 3,3              | 0,6   | 19,82   | 99                 | 481.04      |         |  |
| Итого за Обед                          |                                                         | 780          | 29,52            | 18,74 | 120,88  | 800,3              |             |         |  |
| Стоимость рациона                      |                                                         |              | 111,07руб        |       |         |                    |             |         |  |
| Полдник                                |                                                         |              |                  |       |         |                    |             |         |  |
|                                        | Коржик ароматный 100                                    | 100          | 7,12             | 12,12 | 66,97   | 405,53             | 456.03      |         |  |
|                                        | Чай с сахаром лимоном 200/11                            | 200          | 0,26             | 0,03  | 11,26   | 47,79              | 377,06      |         |  |
| Итого за Полдник                       |                                                         | 300          | 7,38             | 12,15 | 78,23   | 453,32             |             |         |  |
| Итого за день                          |                                                         | 1 600        | 54,85            | 51,35 | 259,96  | 1755,7             |             |         |  |
| Стоимость рациона                      |                                                         |              | 55,53руб         |       |         |                    |             |         |  |

Зав.производством 

