



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 |                                                                 |              | 22.04.25         |       | 1неделя |                     | День: 1       |  |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|---------------------|---------------|--|
| Прием<br>пищи                          | Наименование блюда                                              | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |         | Энерге-<br>тическая | №<br>рецептур |  |
|                                        |                                                                 |              | Белки            | Жиры  | Углевод |                     |               |  |
| Завтрак                                |                                                                 |              |                  |       |         |                     |               |  |
|                                        | Масло сливочное 10                                              | 10           | 2                | 7,25  | 0,13    | 66,1                | 14            |  |
|                                        | Яйца вареные 40                                                 | 40           | 5,08             | 4,6   | 0,28    | 62,8                | 209           |  |
|                                        | Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом 200              | 200          | 8,43             | 10,89 | 41,75   | 299,5               | 200,09        |  |
|                                        | Чай с сахаром 200/11                                            | 200          | 0,2              | 0,02  | 11,05   | 45,41               | 376           |  |
|                                        | Батон йодированный 50                                           | 50           | 3,85             | 1,5   | 25,75   | 134,48              | 28,1          |  |
|                                        | Итого за Завтрак                                                | 500          | 19,56            | 24,26 | 78,96   | 608,29              |               |  |
| Стоимость рациона 74,05руб             |                                                                 |              |                  |       |         |                     |               |  |
| Обед                                   |                                                                 |              |                  |       |         |                     |               |  |
|                                        | Салат из отварной свеклы 60                                     | 60           | 1                | 4,27  | 5,62    | 64,74               | 18,04         |  |
|                                        | Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной 200/10 | 210          | 3,74             | 6,19  | 9,25    | 108,41              | 88,25         |  |
|                                        | Котлеты домашние 70                                             | 70           | 5,79             | 10,19 | 5,51    | 137,27              | 271,07        |  |
|                                        | Соус томатный 20                                                | 20           | 0,21             | 1,21  | 1,44    | 17,64               | 364,05        |  |
|                                        | Каша гречневая рассыпчатая 150                                  | 150          | 6,97             | 5,44  | 31,47   | 202,45              | 259,01        |  |
|                                        | 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          | 23,28            | 27,83 | 102,13  | 758,75              |               |  |
| Стоимость рациона 111,07руб            |                                                                 |              |                  |       |         |                     |               |  |
| Полдник                                |                                                                 |              |                  |       |         |                     |               |  |
|                                        | Булочка дорожная 100                                            | 100          | 7,51             | 14,9  | 53,02   | 383,76              | 770           |  |
|                                        | Чай с сахаром лимоном 200/11                                    | 200          | 0,26             | 0,03  | 11,26   | 47,79               | 377,06        |  |
|                                        | Итого за Полдник                                                | 300          | 7,77             | 14,93 | 64,28   | 431,55              |               |  |
|                                        | Итого за день                                                   | 1 580        | 50,61            | 67,02 | 245,37  | 1 798,59            |               |  |
| Стоимость рациона 55,53руб             |                                                                 |              |                  |       |         |                     |               |  |

Зав.производством Ковалев

