



### Меню приготовляемых 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

22.08.25

2неделя

День: 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическа	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	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			
<b>Обед</b>							
	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			
<b>Полдник</b>							
	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*

