



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			28.04.25			2неделя		День: 1	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту		
			Белки	Жиры	Углевод				
Завтрак									
	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 рисовой крупы 200	200	4,72	7,85	33,25	223	174,06		
	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	16,23	16,93	70,54	504,47			
Стоимость рациона			74,05руб						
Обед									
	Салат морковный 60	60	0,73	4,25	3,89	57,5	52,09		
	Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне со сметаной 200/10	210	1,94	4,81	12,46	101,5	82,25		
	Плов из птицы 200	200	14,44	18,59	27,49	335,29	291		
	Компот из свежих яблок 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		730	27,31	27,42	95,64	745,73			
Стоимость рациона			111,08руб						
Полдник									
	Булочка сдобная с яблоками 100	100	8,07	9,33	61,98	364,01	493,02		
	Чай с молоком 200/11	200	1,82	1,42	13,74	75,65	378		
Итого за Полдник		300	9,89	10,75	75,72	439,66			
Итого за день		1 530	53,43	55,1	241,9	1 689,86			
Стоимость рациона			55,54руб						

Зав.производством Ковалев

