



Менюготавливаемых блюд

При изготовлении НЕ ПРИМЕНЯЛИСЬ: пищевые добавки, биологические активные добавки, продукты изготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Рацион: 1 цикличное меню 2025 12 лет и старше

02.05.25

2неделя

День: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак							
	Горошек зеленый консервированный 30	30	0,93	0,06	1,95	12	8014,04
	Омлет натуральный 150	150	16,06	14,48	3,21	207,55	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	28,25
	Яблоко свежее 100	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Итого за Завтрак		550	22,91	16,94	61,99	495,13	
Стоимость рациона 86,10руб							
Обед							
	Винегрет овощной 100	100	1,77	4,13	12,11	93,67	72,04
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250	250	3,59	4,33	25,99	157,65	103,09
	Рыба запеченная в сметаном соусе 100	100	13,45	10,71	4,45	168,45	232,01
	Пюре картофельное 180	180	3,85	8,63	30,92	220,6	128
	Напиток Витаминный	200	0,18	0,04	29	140	473
	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,3	0,6	19,82	99	481,04
	Хлеб пшеничный 40	40	2,66	0,28	17,22	82,25	28,26
Итого за Обед		920	28,8	28,72	139,51	961,62	
Стоимость рациона 129,13руб							
Полдник							
	Коржик ароматный 150	150	7,12	12,12	66,97	405,53	456,04
	Чай с сахаром лимоном 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377,06
Итого за Полдник		350	7,38	12,15	78,23	453,32	
Итого за день		1820	59,09	57,81	279,73	1910,07	
Стоимость рациона 64,56руб							

Зав.производством Ковалева

