



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 2024 12 лет и старше

18.01.25

Неделя День: 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецепт
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак							
	Горошек зеленый консервированный 40	40	1,24	0,08	2,6	16	8014,1
	Масло сливочное порционное 10	10	0,07	7,8	0,1	70,9	9
	Макароны с сыром 1/250	250	15,37	10,5	61,34	403,04	204
	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	550	20,73	19,9	100,84	669,83	
		Стоимость рациона		82,00руб.			
Обед							
	Икра кабачковая 100	100	1	7	8,5	56,4	604,03
	Рассольник ленинградский с крупой перловой 250 на бульоне	250	7	9	26,98	199,6	93,09
	Гуляш из курицы 100	100	12,44	12,49	1,63	169,03	290,1
	Картофель отварной 180	180	3,8	5,82	30,41	189,49	125
	Сок фруктовый 200	200	0,3	0,1	11,8	52	442,05
	хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,4	19,32	94	482,02
	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,3	0,6	19,82	99	481,04
	Итого за Обед	920	31	35,41	118,46	859,52	
		Стоимость рациона		122,98руб.			
Полдник							
	Печенье 50	50	10,25	5,75	33	225	
	Чай с сахаром 200/11	200	0,2	0,02	11,05	45,41	376
	Яблоко свежее 100	100	0,4	0,4	9,8	47	338
	Итого за Полдник	350	10,85	6,17	53,85	317,41	
	Итого за день	1 820	52,58	61,48	273,15	1846,76	
		Стоимость рациона		61,49руб.			

Зав.производством *С. Ковалева*

