ООО" КУЛИНАР"

Утверждено _____
Дата _____

"КУЛИНАР"

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 12 лет и старше 20.03. 2неделя **День:** 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая	№ рецепт
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак							
	Сыр порционно 10	10	2,32	2,95		36,4	15
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8	4001
	Каша молочная "Дружба"	250	7,14	13,81	39,93	313,62	327,03
	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	28,03
	Итого за Завтрак	550	18,65	22,89	77,22	595,09	
	Стоимость рациона 86,10руб						
Обед							
	Салат Осенний 100	100	0,75	5,2	6,53	78,82	30,04
	Щи по-уральски (с крупой) 250 на бульоне	250	10,03	6,98	15,75	166,28	99,15
	Рагу из свинины 250	250	11,43	75,27	24,43	822,16	263,02
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,59	0,05	18,58	77,94	349,03
	Хлеб ржано-пшеничный 60	60	3,95	0,66	29,64	118,8	481,05
	хлеб пшеничный 50	50	3,36	0,5	24,15	117,5	
	Итого за Обед	910	30,11	88,66	119,08	1 381,5	
	Стоимость рациона 129,13руб						
Полдник							
	Булочка сдобная с повидлом 150	150	8,07	9,33	61,98	364,01	421,04
	Чай с молоком 200/11	200	1,82	1,42	13,74	75,65	378
	Итого за Полдник	350	9,89	10,75	75,72	439,66	
	Итого за день	1 760	58,65	122,3	272,02	2416,25	
	Стоимость рациона 64,56руб						

Зав.производством _____

МБОУ ГИМНАЗИЯ №3
ОГРН 1022402
ИНН 2463037611
РОССИЯ г.КРАСНОЯРСК