



### 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 *22.02.25* 2неделя День: 6

| Прием пищи     | Наименование блюда  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|----------------|---|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                |   |           | 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 "Геркулес" с маслом 250 | 250       | 10,86            | 16,73 | 48,26    | 387,91         | 173,12      |
|                | 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  | 550       | 22,37            | 25,81 | 85,55    | 669,38         |             |
|                | Стоимость рациона   |           | 86,10руб         |       |          |                |             |
| <b>Обед</b>    |   |           |                  |       |          |                |             |
|                | Салат Осенний 100   | 100       | 0,75             | 5,2   | 6,53     | 78,82          | 30,04       |
|                | Суп из овощей со сметаной 260                                   | 260       | 1,74             | 3,76  | 9,09     | 77,73          | 99,04       |
|                | Биточек из говядины 80  | 80        | 13,02            | 14,76 | 13,07    | 236,96         | 404,27      |
|                | Соус томатный 30  | 30        | 0,31             | 1,82  | 2,15     | 26,46          | 364,03      |
|                | Рис припущенный с овощами 180                                   | 180       | 4,15             | 4,9   | 39,47    | 219,33         | 415,05      |
|                | Компот из смеси сухофруктов 200                                 | 200       | 0,72             | 3,46  | 37,25    | 152,06         | 402         |
|                | Хлеб ржано-пшеничный 50   | 50        | 3,3              | 0,6   | 19,82    | 99             | 481,04      |
|                | Хлеб пшеничный 40   | 40        | 1,52             | 0,16  | 9,84     | 47             | 482,02      |
|                | Итого за Обед   | 940       | 25,51            | 34,66 | 137,22   | 937,36         |             |
|                | Стоимость рациона   |           | 129,13руб        |       |          |                |             |
| <b>Полдник</b> |   |           |                  |       |          |                |             |
|                | Печенье 50  | 50        | 10,25            | 5,75  | 33       | 225            |             |
|                | Чай с молоком 200   | 200       | 2,9              | 3,2   | 19,67    | 119,85         | 11,04       |
|                | Яблоко свежее 100   | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47             | 338         |
|                | Итого за Полдник  | 350       | 13,55            | 9,35  | 62,47    | 391,85         |             |
|                | Итого за день   | 1840      | 61,43            | 69,82 | 285,24   | 1998,59        |             |
|                | Стоимость рациона   |           | 64,56руб         |       |          |                |             |

Зав. производством

*С. Ковалева*

