ООО" КУЛИНАР"

Утверждено
Дата

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 23.01.25 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 раци 18,65 32,00руб.						
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 122,98руб.						
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 61,49руб.						

Зав.производством Л. Ковалева

МБОУ ГИМНАЗИЯ №3