



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

30.04.25

2неделя

День: 3

| Прием пищи        | Наименование блюда                                        | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептур |
|-------------------|-----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|------------|
|                   |                                                           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |            |
| Завтрак           |                                                           |           |                  |       |          |                |            |
|                   | Масло сливочное 10                                        | 10        | 2                | 7,25  | 0,13     | 66,1           | 14         |
|                   | Кукуруза консервированная отварная 40                     | 40        | 0,86             | 1,25  | 4,36     | 32,43          | 446,01     |
|                   | Макароны с сыром 250                                      | 250       | 17,61            | 20,45 | 54,21    | 352,1          | 293,03     |
|                   | Чай с молоком 200/11                                      | 200       | 1,82             | 1,42  | 13,74    | 75,65          | 378        |
|                   | Батон йодированный 50                                     | 50        | 3,85             | 1,5   | 25,75    | 134,48         | 28,1       |
|                   | Итого за Завтрак                                          | 550       | 26,14            | 31,87 | 98,19    | 660,76         |            |
| Стоимость рациона |                                                           |           | 86,10руб         |       |          |                |            |
| Обед              |                                                           |           |                  |       |          |                |            |
|                   | Икра кабачковая 100                                       | 100       | 1                | 7     | 8,5      | 56,4           | 604,03     |
|                   | Рассольник ленинградский с крупой перловой 250 на бульоне | 250       | 4,61             | 4,9   | 16,7     | 129,98         | 96,05      |
|                   | Гуляш из курицы 100                                       | 100       | 12,44            | 12,49 | 1,63     | 169,03         | 290,1      |
|                   | Каша гречневая рассыпчатая 180                            | 180       | 8                | 11    | 37,76    | 242,94         | 171        |
|                   | Сок фруктовый 200                                         | 200       | 0,3              | 0,1   | 11,8     | 52             | 442,05     |
|                   | 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                                             | 920       | 31,17            | 36,25 | 106,05   | 796,35         |            |
| Стоимость рациона |                                                           |           | 129,13руб        |       |          |                |            |
| 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     | 68,16            | 74,29 | 258,09   | 1774,52        |            |
| Стоимость рациона |                                                           |           | 64,56руб         |       |          |                |            |

Зав.производством Ковалев

