



Меню приготавливаемых блюд

При изготовлении НЕ ПРИМЕНЯЛИСЬ: пищевые добавки, биологические активные добавки, продукты изготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Рацион: Площадка 2025

03.06

Неделя: 1

День: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углево		
Завтрак							
	Масло сливочное 10	10	2	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр порционнo 15	15	3,48	4,43		54,6	15
	Чай с сахаром 200	200	0,2	0,02	11,5	45,41	376
	хлеб пшеничный 30	30	2,34		14,4	71,1	28
	хлеб ржаной 20	20	1,17	0,19	8,89	42	32,03
	Яблоко 100	100	0,4	0,4	9,8	47	338,24
	Каша рисовая молочная (вязкая) 200	200	10	7	38,2	243,07	256,04
	Итого за Завтрак	575	19,59	19,29	82,92	569,28	
Обед							
	Помидоры свежие 100	100	1,1	0,2	3,8	24	71,12
	Щи из свежей капусты с картофелем 250 на бульоне	250	1,65	5	18	176	88,11
	Филе куриное запеченое с томатом 100	100	24,11	24,68		318,18	439
	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	8	11	37,76	242,94	171
	Компот из сухофруктов (яблок) 200	200	0,59	0,05	18,58	77,94	349,07
	хлеб ржаной 20	20	1,17	0,19	8,89	42	32,03
	хлеб пшеничный 20	20	1,52	0,16	9,84	47	28,05
	Итого за Обед	870	38,14	41,28	96,87	928,06	
	Итого за день	1 445	57,73	60,57	179,79	1 497,34	

Стоимость рациона:

Зав.производством

Ковалева С.А.

А. Ефремова С.Н.

