



Меню приготавливаемых блюд

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

Рацион: Площадка 2025

№ 06

Неделя: 1

День: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углево		
Завтрак							
	Сыр порционно 10	10	2,32	2,95		36,4	15
	Фриттата с картофелем сыром 150	150	15,14	14,98	10,47	237,69	216
	Чай с молоком 200/15	200	1,74	1,5	17,79	95,85	378
	хлеб пшеничный 30	30	2,34		14,4	71,1	28
	хлеб ржаной 20	20	1,17	0,19	8,89	42	32,03
	Мандарин 100	100	0,8	0,2	7,5	38	811
	Итого за Завтрак	510	23,51	19,82	59,05	521,04	
Обед							
	Салат из отварной моркови с зеленым	100	5,59	20,01	4,66	220,79	34,03
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 250	250	8,3	5,64	19,28	161,5	102,01
	Азу из свинины 240	240	21,71	26,26	23,78	418,98	438,03
	Компот из сухофруктов 200	200	0,59	0,05	18,58	77,94	349
	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	830	38,88	52,31	85,03	968,21	
	Итого за день	1 340	62,39	72,13	144,08	1 489,25	

Стоимость рациона:

Зав.производством

Ковалева С.А.

