



Меню приготавливаемых блюд

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

20.06

Рацион: Площадка 2025

Неделя: 1

День: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углево		
Завтрак							
	Морковная запеканка с творогом с соусом 125	125	9,62	8,36	19,88	195,83	163
	Чай с молоком 200/15	200	1,74	1,5	17,79	95,85	378
	Яблоко 100	100	0,4	0,4	9,8	47	338,24
	Булочка с повидлом и крошкой 75	75	5,37	13,23	46,6	319,11	426
	Итого за Завтрак	500	17,13	23,49	94,07	657,79	
Обед							
	Салат из картофеля с солеными огурцами и зел горошком 100	100	1,37	5,21	8,57	87,65	23
	Рассольник ленинградский с крупой перловой 250 на бульоне	250	7	9	26,98	199,6	93,09
	Тефтели мясные с рисом соусом 80/30	110	11,03	10,85	7,3	167,29	278
	Картофель запеченый 180	180	3,84	6,19	37,82	224,82	13 019,04
	Сок 200	200			22	90	707
	хлеб пшеничный 30	30	2,34		14,4	71,1	28
	хлеб ржаной 30	30	1,47	0,3	13,44	63	32
	Итого за Обед	900	27,05	31,55	130,51	903,46	
	Итого за день	1 400	44,18	55,04	224,58	1 561,25	

Стоимость рациона:

Зав.производством

Ковалева С.А.

