



Менюготавливаемых блюд

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

Рацион: 1 цикличное меню 2024 7-11 лет

Неделя

День: 2

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая | № рецепту |
|----------------|--|-----------|-------------------|-------|------------|----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | Огурцы свежие 30 | 30 | 0,16 | 0,02 | 0,52 | 2,8 | 71,04 |
| | Мясо тушеное (свинина) 90 | 90 | 0,6 | 9,02 | 2,8 | 142 | 256,06 |
| | 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 |
| | Макаронь отварные 150 | 150 | 5,65 | 4,56 | 36,01 | 207,83 | 331,19 |
| | Итого за Завтрак | 520 | 12,08 | 16,52 | 78,82 | 562,76 | |
| | | | Стоимость рациона | | 70,52руб. | | |
| Обед | | | | | | | |
| | Салат морковный | 60 | 1,22 | 7,09 | 6,49 | 95,83 | 58,09 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10 на бульоне | 210 | 1,94 | 4,81 | 12,46 | 101,5 | 82,25 |
| | Рагу из птицы 200 | 200 | 2,5 | 3,56 | 18,78 | 117,8 | 342,13 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,24 | 0,24 | 25,84 | 108 | 11,08 |
| | Хлеб пшеничный 40 | 40 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 | 482,02 |
| | Хлеб ржано-пшеничный 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,82 | 99 | 481,04 |
| | Итого за Обед | 750 | 15,35 | 15,7 | 96,19 | 592,33 | |
| | | | Стоимость рациона | | 105,79руб. | | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Булочка домашняя 100 | 100 | 8,43 | 4,67 | 53,65 | 289,48 | 424,02 |
| | Чай с сахаром 200 | 200 | 0,2 | 0,02 | 11,5 | 45,41 | 376 |
| | Итого за Полдник | 300 | 8,63 | 4,69 | 65,15 | 334,89 | |
| | Итого за день | 1 570 | 36,06 | 36,91 | 240,16 | 1 489,98 | |
| | | | Стоимость рациона | | 52,89руб. | | |

Зав. производством

И. С. Ковалева



И. С. Ковалева