

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ ФИЗИКОВИЧ



(Школа 5-11 класс (К) 2025 год) СРЕДА



Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1						
250	Каша молочная «Дружба» риса и пшена с маслом.	7,23	13,3	39,85	309,51	19-80
50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,4	24,6	117,5	4-98
200	КАКАО ЗОЛОТОЙ ЯРЛЫК	3,88	3,8	25,06	151,36	14-80
Итого за Завтрак 1		14,91	17,5	89,51	578,37	39-58
Обед						
250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	8,69	8,09	17,45	189,5	13-62
180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	5,04	7,92	33,48	225	18-68
100	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ СОУСОМ СМЕТАННЫМ	13,38	4,13	4,51	108,94	45-90
200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	0,78	0,04	27,63	114,8	8-70
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ	1,29	5,13	10,94	96,52	8-92
Итого за Обед		32,23	25,91	113,96	833,26	99-63
Итого за день		47,14	43,41	203,47	1411,63	139-21

А. Кедров

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ БИАМЕТОВ ФАРХАД
ФИЗИКОВИЧ

(Школа 1-4 класс (К) 2025 год) СРЕДА

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы		
<u>Завтрак 1</u>						
225	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	6,71	7,82	35,46	239,27	15-87
50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,4	24,6	117,5	4-98
200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	0,16	0,16	27,88	114,6	7-20
100	ФРУКТЫ (ПЛОДЫ Свежие)	9,8	0,4	0,4	44	12-00
Итого за Завтрак 1		20,47	8,78	88,34	515,37	40-05
<u>Обед</u>						
205	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	7,12	6,63	14,31	155,39	11-17
180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	5,04	7,92	33,48	225	18-68
108	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	13,97	4,5	4,92	116,25	47-98
200	ЧАЙ С САХАРОМ	0,07	0,02	15	60	2-32
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
100	Салат из белокочанной капусты	1,57	5,09	9,44	90,8	6-87
Итого за Обед		30,82	24,76	97,1	745,94	90-83
Итого за день		51,29	33,54	185,44	1261,31	130-88

1 неделя