

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ БИАМЕТОВ ФАРХАД
ФИЗИКОВИЧ



(Школа 5-11 класс (К) 2025 год) СУББОТА



Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы		
<u>Завтрак 1</u>						
230	Каша молочная пшеничная с маслом	9,2	11,78	47,19	332,22	22-60
100	ФРУКТЫ (ПЛОДЫ Свежие)	9,8	0,4	0,4	44	12-00
207	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0,13	0,02	15,2	62	3-71
50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,4	24,6	117,5	4-98
Итого за Завтрак 1		22,93	12,6	87,39	555,72	43-29
<u>Обед</u>						
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0,66	0,09	32,01	132,8	4-90
200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	11,46	8,12	51,52	324,99	11-58
120	КОТЛЕТЫ ПОЛУФАБРИКАТ СОУСОМ ТОМАТНЫМ	8,45	21,04	5,35	245,41	42-35
250	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ	7,51	10,29	6,24	149,4	12-18
100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	1,63	7,6	7,18	105,93	14-46
Итого за Обед		32,76	47,74	122,25	1057,03	89-28
Итого за день		55,69	60,34	209,64	1612,75	132-57

Я не ем