

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		
Завтрак I						
220	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,48	2,94	17,53	110,66	12-82
230	Каша молочная пшеничная с маслом	9,2	11,78	47,19	332,22	22-60
50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,4	24,6	117,5	4-98
Итого за Завтрак I		16,48	15,12	89,32	560,38	40-40
Обед						
200	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	7,36	6,01	35,25	224,25	10-96
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0,13	0,02	14,69	59,9	3-58
110	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	1,79	8,36	7,89	116,52	15-90
250	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ	7,51	10,29	6,24	149,4	12-18
110	ФРИКАДЕЛЬКИ П/Ф СОУСОМ ТОМАТНЫМ	8,32	17,12	10	228,07	43-74
Итого за Обед		28,16	42,4	94,02	876,98	90-17
Итого за день		44,64	57,52	183,34	1437,36	130-57

1 неделя