

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ БИАМЕТОВ ФАРХАД
ФИЗИКОМ



Школа 1-4 класс (К) 2025 год) ПОНЕДЕЛЬНИК

Выход	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углев ы		
<u>Завтрак 1</u>						
20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,52	0,16	9,84	47	1-99
200	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ	5,7	10,32	40,9	280	19-68
225	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0,14	0,02	16,52	67,39	4-03
45	БУТЕРБРОД С СЫРОМ МАСЛОМ	5,22	7,47	13,34	141,3	18-16
Итого за Завтрак 1		12,58	17,97	80,6	535,69	43-86
<u>Обед</u>						
200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ		4,66	13,22	175,6	10-29
200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	11,46	8,12	51,52	324,99	11-58
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
110	БИТОЧКИ П/Ф СОУСОМ ТОМАТНЫМ	12,08	22,96	4,64	165,51	37-89
200	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	0,16	0,16	27,88	114,6	9-00
100	Салат из белокочанной капусты	1,57	5,09	9,44	90,8	6-87
100	ФРУКТЫ (ПЛОДЫ Свежие)	9,8	0,4	0,4	44	12-00
Итого за Обед		38,12	29,91	127,05	1014	90-97
Итого за день		50,7	47,88	207,65	1549,69	131-87

2 недели

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ БИАМЕТОВ ФАРХАД
ФИЗИКОВИЧ



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



Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы		
<u>Завтрак 1</u>						
220	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,48	2,94	17,53	110,66	12-82
50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,4	24,6	117,5	4-98
215	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	8,84	11,32	45,37	319,43	15-95
10	СЫР ПОРЦИЯМИ	2,79	1,47		25	7-15
Итого за Завтрак 1		18,91	16,13	87,5	572,59	40-90
<u>Обед</u>						
238	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ		5,55	15,73	208,96	12-24
180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	6,62	5,41	31,73	202,13	9-87
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
100	КОТЛЕТЫ ПОЛУФАБРИКАТ	8,23	20,3	3,97	232,03	40-59
200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	0,34	0,07	29,85	122,2	8-70
95	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	1,06	5,85	4,48	75,15	20-12
Итого за Обед		19,3	37,78	105,71	938,97	94-52
Итого за день		38,21	53,91	193,21	1511,56	135-42

1 неделя