



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

23 ноября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
<b>Завтрак</b>							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	32,95	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	25,40	5,9	8,5	14,2	157
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	19,50	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
<b>Итого завтрак:</b>		<b>575</b>	<b>82,00</b>	<b>12,5</b>	<b>19,8</b>	<b>75,3</b>	<b>529</b>
<b>Обед</b>							
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
112	Суп гороховый	200	10,20	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушенная в соусе 50/50	100	37,40	13,5	17,1	3,8	223
309	Макаронные изделия отварные	150	12,20	5,28	3,88	32,74	187,2
344	Компот из яблок	200	10,40	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
<b>Итого обед:</b>		<b>770</b>	<b>82,00</b>	<b>27,94</b>	<b>25,7</b>	<b>105,03</b>	<b>764,89</b>
<b>Всего:</b>		<b>1345</b>		<b>40,44</b>	<b>45,5</b>	<b>180,33</b>	<b>1293,89</b>