



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

20 декабря 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром маслом сливочным 200/10/10	220	35,70	5,72	8,98	40,43	265,32
15	Сыр российский порционно	20	18,65	4,64	5,9	0	71,66
389	Сок фруктовый	200	23,65	1	0	24,4	101,6
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
	Итого:	500	82,00	15,62	15,48	89,61	560,14
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	5,30	1,01	0,73	6,3	35,81
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9,42	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	40,63	9,95	12,45	17,32	186,95
305	Рис припущенный	150	18,50	3,66	3,63	35,72	190
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
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед	785	82,00	21,14	19,97	114,24	686,19
	Всего:	1285		36,76	35,45	203,85	1246,33