



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

04 апреля 2024г

| № рецепта | Наименование блюда                            | Масса,г     | Цена, руб    | Пищевые вещества (г) |             |               | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|-----------------------------------------------|-------------|--------------|----------------------|-------------|---------------|-------------------------------|
|           |                                               |             |              | белки                | жиры        | углеводы      |                               |
|           | <b>Завтрак</b>                                |             |              |                      |             |               |                               |
| 181       | Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом | 210         | 31,67        | 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                        | 100         | 15,50        | 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>76,72</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         | 8,60         | 5,28                 | 3,88        | 32,74         | 187,2                         |
| 344       | Компот из яблок                               | 200         | 8,72         | 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>76,72</b> | <b>27,94</b>         | <b>25,7</b> | <b>105,03</b> | <b>764,39</b>                 |
|           | <b>Всего:</b>                                 | <b>1345</b> |              | <b>40,44</b>         | <b>45,5</b> | <b>180,33</b> | <b>1293,39</b>                |