



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

18 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
338	Фрукты свежие сезонные (апельсин) 1шт	100	28,80	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5	175	46,85	9,96	12,97	32,8	287,96
328	Какао с молоком	200	19,75	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	2,30	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,30	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>535</b>	<b>100,00</b>	<b>18,78</b>	<b>16,97</b>	<b>91,82</b>	<b>595,32</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	60	6,60	1,01	0,73	6,3	35,81
102	Суп гороховый	200	14,60	4,12	4	14,49	110,20
291	Плов с курицей 90/150	240	69,20	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	5,00	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	2,30	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,30	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого обед:</b>	<b>775</b>	<b>100,00</b>	<b>35,86</b>	<b>34,41</b>	<b>106,29</b>	<b>874,84</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1310</b>		<b>54,64</b>	<b>51,38</b>	<b>198,11</b>	<b>1470,16</b>