



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

11 ноября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	19,80	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20	170	70,60	12,3	9,2	42,6	396,6
377	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
	Итого завтрак:	500	100,00	19,66	27,3	108,88	853,16
	Обед						
70	Помидор соленый	60	9,80	0,72	0,12	3,48	18
82	Борщ с капустой и картофелем	200	14,15	1,59	3,67	9,9	79,96
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	52,55	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	9,80	5,28	3,88	32,74	187,2
349	Компот из сухофруктов	200	9,10	0,38	0	30,74	124,46
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
	Итого обед	770	100,00	22,27	20,09	112,14	719,21
	Всего:	1270		41,93	47,39	221,02	1572,37