



Индивидуальный предприниматель



Саратовкин М.Г.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

22 ноября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
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
	Итого завтрак:	535	100,00	18,78	16,97	91,82	595,32
	Обед						
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	110,23
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
	Итого обед:	775	100,00	35,86	34,41	106,29	874,84
	Всего:	1310		54,64	51,38	198,11	1470,16