

Школа Школа Физико-математического профиля
 Согласовано Зам. Р. У. Давидов
 Дата 28.08.25

ИП БИАМЕТОВ Ф. Ф.

Утверждено

Дата

Школа 5-11 класс 1 НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРГ

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1						
50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,8	0,4	24,6	117,5	4-98
45	БУТЕРБРОД С СЫРОМ МАСЛОМ	5,22	7,47	13,34	141,3	20-19
	хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное					
250	Каша молочная «Дружба» риса и пшена с маслом.	7,23	13,3	39,85	309,51	20-55
	молоко, крупа пшено, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль					
200	ЧАЙ С САХАРОМ	0,07	0,02	15	60	2-40
	сахар-песок, чай					
	Итого за Завтрак 1	16,32	21,19	92,79	628,31	48-12
Обед						
100	БИТОЧКИ П/Ф С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	12,03	10,69	4,29	145,44	42-61
	биточки п.ф., масло растительное, томат-паста, морковь, масло сливочное, мука пшеничная в с., лук репчатый, сахар-песок, соль					
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
100	Салат Овощной С Яблоками	1,17	0,2	7,28	38,32	15-31
	яблоки свежие, капуста белокочанная, свекла, морковь, лимон					
250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ С КУРИЦЕЙ	7,61	10,06	7,9	159,26	18-10
	капуста белокочанная, картофель, курица, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло растительное, томат-паста, соль					
180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	6,62	5,41	31,73	202,13	10-17
	макаронные изделия 1 сорта, масло сливочное, соль					
200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	0,78	0,04	27,63	114,8	9-40
	курага, сахар-песок					
	Итого за Обед	31,26	27	98,78	775,17	99-40
	Итого за день	47,58	48,19	191,57	1 403,48	147-52