

Школа ИБ04 Информатика
 Согласовано С.И.И.И.И.
 Дата 28.08.25

ИП БИАМЕТОВ Ф.Ф.
 Утверждено БИАМЕТОВ
 Дата ФАРХАД
ФИЗИКОВИЧ
 для документов

Школа 5-11 класс 2 НЕДЕЛЯ ВТОРНИК

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества				Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
Завтрак 1						
30/25	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ хлеб пшеничный, повидло	2,38	0,32	27,92	126,9	6-86
250	Каша молочная пшеничная с маслом молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар-песок, соль	10	12,8	51,3	361,11	25-56
200	ЧАЙ С САХАРОМ сахар-песок, чай	0,07	0,02	15	60	2-40
140	ФРУКТЫ (ПЛОДЫ Свежие)	13,72	0,56	0,56	61,6	19-60
Итого за Завтрак 1		26,17	13,7	94,78	609,61	54-42
Обед						
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное, сахар-песок	1,63	7,6	7,18	105,93	20-40
250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И КУРИЦЕЙ свекла, капуста белокочанная, картофель, кури, морковь, лук репчатый, томат-паста, сметана 15% жирности, масло растительное, сахар-песок, соль, лимонная кислота	7,65	10,04	10,93	173,26	19-42
100	ГОЛЕНЬ ТУШЕНАЯ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ голень куриная, масло растительное, соль, сметана 15% жирности, мука пшеничная в.с, соль	16,95	14,8	5,09	221,02	43-77
180	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ (Ш) крупа рисовая, масло сливочное, соль	4,41	4,01	46,34	239,13	13-13
200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар-песок	0,66	0,09	32,01	132,8	5-00
Итого за Обед		34,35	37,14	121,5	970,64	105-53
Итого за день		60,52	50,84	216,28	1 580,25	159-95