

Школа ИВУХ С.Ф. Школы Сам
 Согласовано Сам
 Дата 22.08.25

ИП БИАМЕТОВ Ф.Ф.
 Утверждено ФАРХАД
 Дата ФИЗИКОВИЧ

Школа 5-11 класс 2 НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРГ

Выход (г)	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость питания (руб)
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1						
40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,04	0,32	19,68	94	3-98
6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ	0,06	4,32	0,08	39,6	5-94
250	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	10,28	13,16	52,75	371,43	19-29
	молоко, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное, соль					
207	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0,13	0,02	15,2	62	3-78
	сахар-песок, лимоны, чай					
140	ФРУКТЫ (ПЛОДЫ Свежие)	13,72	0,56	0,56	61,6	19-60
Итого за Завтрак 1		27,23	18,38	88,27	628,63	52-59
Обед						
50	ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,05	0,6	19,95	98,5	3-81
100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	1,12	6,16	4,72	79,1	21-78
	помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль					
250	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И КУРИЦЕЙ	7,51	10,29	6,24	149,4	14-85
	капуста белокочанная, картофель, куры, морковь, крупа пшеничная, лук репчатый, масло растительное, соль					
200	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	23,12	11,04	36,94	340,06	43-80
	грудка, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томат-паста, соль					
200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	0,34	0,07	29,85	122,2	9-20
	изюм, сахар-песок					
Итого за Обед		35,14	28,16	97,7	789,26	93-44
Итого за день		62,37	46,54	185,97	1 417,89	146-03