


«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Карымкарская СОШ»

 Хургунова С.Я.

### Меню на 15 декабря 2022г.

№ рецепту ры	Наименование блюда	Выход Гр.	белки		жиры		углеводы		Энергетическая ценность ккал.		Цена
			7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	
	<b>Питание 44-00руб.</b>										
	<b>Завтрак:</b>										
64	Птица тушеная с соусом	100	22,40	22,40	18,23	18,23	7,03	7,03	281,2 5	281,2 5	
694	Пюре картофельное	200	4,08	4,08	6,40	6,40	27,26	27,26	183	183	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147	Хлеб пшеничный	50	3,76	3,76	0,8	0,8	34,96	34,96	180	180	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>30,44</b>	<b>30,44</b>	<b>25,43</b>	<b>25,43</b>	<b>83,25</b>	<b>83,25</b>	<b>562,5</b>	<b>562,5</b>	<b>44</b>
	<b>Питание 76-00руб.</b>										
	<b>Завтрак:</b>										
64	Птица тушеная с соусом	100	22,40	22,40	18,23	18,23	7,03	7,03	281,2 5	281,2 5	
694	Пюре картофельное	180	3,67	3,67	5,76	5,76	24,53	24,53	164,7 0	164,7 0	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147	Хлеб пшеничный	50	3,76	3,76	0,8	0,8	34,96	34,96	180	180	
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>30,03</b>	<b>30,03</b>	<b>24,79</b>	<b>24,79</b>	<b>80,52</b>	<b>80,52</b>	<b>653,9 5</b>	<b>653,9 5</b>	<b>76</b>
	<b>Питание 189-00руб.</b>										
	<b>Завтрак:</b>										
96	Каша пшенная	200/5	7,01	70,1	8,09	8,09	28,39	28,39	213	213	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147/2/ 1	Хлеб с сыром с маслом	50/30/ 15	14,17	14,17	19,46	19,46	35,18	35,18	348,5	348,5	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,38</b>	<b>21,38</b>	<b>27,55</b>	<b>27,55</b>	<b>77,57</b>	<b>77,57</b>	<b>589,5</b>	<b>589,5</b>	
	<b>Обед:</b>										
102	Суп с бобами	250	8,8	8,8	6,5	6,5	21,7	21,7	166,4	166,4	
64	Птица тушеная с соусом	100	22,40	22,40	18,23	18,23	7,03	7,03	281,2 5	281,2 5	
694	Пюре картофельное	180	3,67	3,67	5,76	5,76	24,53	24,53	164,7 0	164,7 0	
7	Салат из белокочанной капусты	100	1,41	1,41	5,08	5,08	8,65	8,65	85,90	85,90	
389	Сок	200	1	1	-	-	18,2	18,2	76	76	
147	Хлеб пшеничный	80	3,76	3,76	0,8	0,8	34,96	34,96	180	180	
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>41,04</b>	<b>41,04</b>	<b>36,37</b>	<b>36,37</b>	<b>115,0 7</b>	<b>115,0 7</b>	<b>954,2 5</b>	<b>954,2 5</b>	<b>189</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>62,42</b>	<b>62,42</b>	<b>63,92</b>	<b>63,92</b>	<b>192,64</b>	<b>192,64</b>	<b>1543,7 5</b>	<b>1543,7 5</b>	

Меню составил:



м/с Бабилова Е.С.