


«Утверждаю»

Директор МБОУ


«Карымкарская СОШ»

 Хургунова С.Я.

Меню на 16 декабря 2022г.

№ рецептуры	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	
Питание 44-00руб.											
Завтрак:											
36/304	Гуляш из печени с рисом	100/180	22,59	22,59	12,52	12,52	20,67	20,67	252,96	252,96	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
36	Печенье	30	2,13	2,13	5,46	5,46	19,38	19,38	135,3	135,3	
	Итого:	550	27,27	27,27	18,48	18,48	75,91	75,91	528,7	528,7	44
Питание 76-00руб.											
Завтрак:											
36/304	Гуляш из печени с рисом	100/180	22,59	22,59	12,52	12,52	20,67	20,67	252,96	252,96	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
36	Печенье	30	2,13	2,13	5,46	5,46	19,38	19,38	135,3	135,3	
	Итого:	550	27,27	27,27	18,48	18,48	75,91	75,91	528,7	528,7	76
Питание 189-00руб.											
Завтрак:											
36/304	Гуляш из печени с рисом	100/180	22,59	22,59	12,52	12,52	20,67	20,67	252,96	252,96	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
36	Печенье	30	2,13	2,13	5,46	5,46	19,38	19,38	135,3	135,3	
	Итого:	550	27,27	27,27	18,48	18,48	75,91	75,91	528,7	528,7	189

Меню составил:



м/с Бабилова Е.С.