

«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Карымкарская СОШ»

 Хургунова С.Я.

Меню на 02 мая 2023г.

| № ре- цы | Наименование блюда | Выход гр. | Выход гр. | ккал | | белки | | жиры | | углеводы | | Цена | Фото блюд |
|----------------|--------------------------------|---------------------------|-------------------|---------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|-----------|-----------|
| | | | | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | | |
| | 9 день | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | 7-11 лет | 12лет и старше | | |
| | Завтрак: | Питание 44,00руб. | | | | | | | | | | | |
| 637 | 1. Азу | 200 | 200 | 342 | 342 | 17,53 | 17,530 | 13,3 | 13,3 | 29,46 | 29,46 | | |
| 8 | 2. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 | | |
| 693 | 3. Какао на молоке | 200 | 200 | 105,46 | 105,46 | 3,68 | 3,68 | 3,48 | 3,48 | 19,62 | 19,62 | | |
| | Итого: | 440 | 450 | 467,7 | 472,76 | 24,49 | 25,31 | 17,34 | 17,48 | 49,6 | 49,73 | 44 | |
| | Завтрак: | Питание 76,00руб. | | | | | | | | | | | |
| 33 | 1. Салат из свеклы | 60 | 100 | 56,34 | 93,9 | 0,85 | 1,43 | 3,65 | 6,09 | 5,01 | 8,36 | | |
| 637 | 2. Азу | 200 | 200 | 342 | 342 | 17,53 | 17,530 | 13,3 | 13,3 | 29,46 | 29,46 | | |
| 685 | 3. Чай с сахаром | 200 | 200 | 39,9 | 39,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 15 | | |
| 8 | 4. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 | | |
| | Итого: | 500 | 550 | 458,48 | 501,1 | 21,66 | 23,06 | 17,51 | 20,09 | 49,99 | 53,47 | 76 | |
| | Завтрак: | Питание 189,00руб. | | | | | | | | | | | |
| 236 | 1. Пудинг из творога с рисом | 150 | 150 | 336 | 336 | 22,11 | 22,11 | 14,16 | 14,16 | 29,88 | 29,88 | | |
| 9004 | 2. Молоко, сгущенное с сахаром | 40 | 40 | 131,2 | 131,2 | 2,88 | 2,88 | 3,4 | 3,4 | 22,2 | 22,2 | | |
| 8 | 3. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 | | |
| 41 | 4. Масло сливочное (порциями) | 10 | 10 | 75 | 75 | 0 | 0 | 8,2 | 8,2 | 0,1 | 0,1 | | |
| 693 | 5. Какао на молоке | 200 | 200 | 105,46 | 105,46 | 3,68 | 3,68 | 3,48 | 3,48 | 19,62 | 19,62 | | |
| 88 | 6. Фрукт (яблоко) | 100 | 100 | 47 | 47 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 10,25 | 10,25 | | |
| | Итого: | 540 | 550 | 714,9 | 719,96 | 32,2 | 33,02 | 30,05 | 30,19 | 82,57 | 82,7 | | |
| | Обед: | | | | | | | | | | | | |
| 33 | 1. Салат из свеклы | 60 | 100 | 56,34 | 93,9 | 0,85 | 1,43 | 3,65 | 6,09 | 5,01 | 8,36 | | |
| 81 | 2. Суп с гороховый с гречками | 200 | 250 | 108 | 135 | 4,4 | 5,49 | 4,2 | 5,27 | 13,05 | 16,32 | | |
| 637 | 3. Азу | 200 | 200 | 342 | 342 | 17,53 | 17,530 | 13,3 | 13,3 | 29,46 | 29,46 | | |
| 389 | 4. Сок вишневый | 200 | 200 | 100,4 | 100,4 | 1,4 | 1,4 | 0,4 | 0,4 | 22,8 | 22,8 | | |
| 8 | 5. Хлеб пшеничный | 60 | 80 | 30,36 | 40,48 | 4,92 | 6,56 | 0,84 | 1,12 | 0,78 | 1,04 | | |
| | Итого: | 720 | 830 | 637,1 | 711,78 | 29,1 | 32,41 | 22,39 | 26,18 | 71,1 | 77,98 | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|---------------|--|--|--------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------------|--|
| | Bcero: | | | 1352,0 | 1431,74 | 61,30 | 65,43 | 52,44 | 56,37 | 153,67 | 160,68 | 189 | |
|--|---------------|--|--|--------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------------|--|