

«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Карымкарская СОШ»



Хургунова С.Я.

Меню на 05 октября 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: | | | | | | | | | | |
| 433 | Плов с мясом | 250 | 23,22 | 23,22 | 18,93 | 18,93 | 32,26 | 32,26 | 282,6 | 282,6 | |
| 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 | |
| | Итого: | 500 | 25,77 | 25,77 | 19,43 | 19,43 | 68,12 | 68,12 | 423,1 | 423,1 | 44 |
| | Питание 76-00руб. | | | | | | | | | | |
| | Завтрак: | | | | | | | | | | |
| 433 | Плов с мясом | 250 | 23,22 | 23,22 | 18,93 | 18,93 | 32,26 | 32,26 | 282,6 | 282,6 | |
| 303 | Компот изюм/чернослив | 180 | 0,7 | 0,7 | - | - | 6,65 | 6,65 | 133,12 | 133,12 | |
| 147 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,35 | 2,35 | 0,5 | 0,5 | 21,86 | 21,86 | 112,5 | 112,5 | |
| | Итого: | 530 | 26,27 | 26,27 | 19,43 | 19,43 | 60,77 | 60,77 | 528,22 | 528,22 | 76 |

Меню составил:



м/с Бабилова Е.С.