


«Утверждаю»

Директор МКОУ

«Карымкарская СОШ»

 Хургунова С.Я.

Меню на 15 сентября 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	
	8 день										
	Питание 44,00руб.										
	Завтрак:										
29	Овощное рагу	250	23,09	23,09	9,6	9,6	27,8	27,8	236,8	236,8	
77	Отвар из шиповника	200	0,5	0,5	-	-	22,78	22,78	93,5	93,5	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
	Итого:	500	25,94	25,94	10,1	10,1	72,44	72,44	442,8	442,8	44
	Питание 70,00руб.										
	Завтрак:										
29	Овощное рагу	250	23,09	23,09	9,6	9,6	27,8	27,8	236,8	236,8	
77	Отвар из шиповника	200	0,5	0,5	-	-	22,78	22,78	93,5	93,5	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
5	Салат из свежих огурцов	100	1,05	1,05	6,5	6,5	5,45	5,45	86,95	86,95	
	Итого:	530	26,99	26,99	16,6	16,6	77,89	77,89	529,75	529,75	70

Меню составил:



м/с Бабилова Е.С.