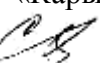


«Утверждаю»  
 Директор МБОУ  
 «Карымкарская СОШ»  
 Хургунова С.Я.

### Меню на 26 января 2023г.

№ 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	
<b>Питание 44-00руб.</b>											
<b>Завтрак:</b>											
78	Каша пшеничная	250	7,44	7,44	8,07	8,07	35,28	35,28	150,53	150,53	
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>21,81</b>	<b>21,81</b>	<b>27,53</b>	<b>27,53</b>	<b>84,46</b>	<b>84,46</b>	<b>527,03</b>	<b>527,03</b>	<b>44</b>
<b>Питание 76-00руб.</b>											
<b>Завтрак:</b>											
34/679	Зразы мясные с гречкой	100/180	19,4	19,4	17,21	17,21	31,24	31,24	387	387	
71	Компот из сухофруктов	200	0,68	0,68	-	-	33,31	33,31	73,8	73,8	
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>23,84</b>	<b>23,84</b>	<b>18,01</b>	<b>18,01</b>	<b>99,51</b>	<b>99,51</b>	<b>640,8</b>	<b>640,8</b>	<b>76</b>
<b>Питание 189-00руб.</b>											
<b>Завтрак:</b>											
78	Каша пшеничная	200/5	7,44	7,44	8,07	8,07	35,28	35,28	150,53	150,53	
943	Чай	200	0,20	0,20	0,00	0,00	14,0	14,0	28,0	28,0	
147/2	Хлеб с сыром	50/30	14,17	14,17	19,46	19,46	35,18	35,18	258,2	258,2	
847	Фрукт	100	1,08	1,08	-	-	14,65	14,65	62	62	
<b>Итого:</b>		<b>585</b>	<b>22,89</b>	<b>22,89</b>	<b>27,53</b>	<b>27,53</b>	<b>99,11</b>	<b>99,11</b>	<b>498,5</b>	<b>498,5</b>	
<b>Обед:</b>											
486/694	Суп гороховый с гречками	250	2,8	2,8	5,025	5,025	38,61	38,61	192,92	192,92	
34/679	Зразы мясные с гречкой	100/180	19,4	19,4	17,21	17,21	31,24	31,24	387	387	
33	Салат из свеклы	100	0,8	0,8	0,1	0,1	23	23	42,4	42,4	
71	Компот из сухофруктов	200	0,68	0,68	-	-	33,31	33,31	73,8	73,8	
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>27,44</b>	<b>27,44</b>	<b>23,135</b>	<b>23,135</b>	<b>161,12</b>	<b>161,12</b>	<b>876,12</b>	<b>876,12</b>	<b>189</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>50,33</b>	<b>50,33</b>	<b>50,665</b>	<b>50,665</b>	<b>260,23</b>	<b>260,23</b>	<b>1374,62</b>	<b>1374,62</b>	

Меню составил:



м/с Бабилова Е.С.