


«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Карымкарская СОШ»

 Хургунова С.Я.

### Меню на 27 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>										
206	Макароны с сыром	250	11,63	11,63	10,62	10,62	40,74	40,74	296,4	296,4	
382	Компот из кураги	200	0,68	0,68	-	-	33,31	33,31	73,8	73,8	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>14,66</b>	<b>14,66</b>	<b>11,12</b>	<b>11,12</b>	<b>95,91</b>	<b>95,91</b>	<b>482,70</b>	<b>482,70</b>	44
	<b>Питание 76-00руб.</b>										
	<b>Завтрак:</b>										
336	Капуста тушеная с мясом	100	17,3	17,3	13,4	13,4	46,5	46,5	275,4	275,4	
68	Картофельное пюре	180	2,12	2,12	3,4	3,4	16,06	16,06	98,05	98,05	
382	Компот из кураги	200	0,68	0,68	-	-	33,31	33,31	73,8	73,8	
147	Хлеб пшеничный	50	2,35	2,35	0,5	0,5	21,86	21,86	112,5	112,5	
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>22,45</b>	<b>22,45</b>	<b>17,3</b>	<b>17,3</b>	<b>117,73</b>	<b>117,73</b>	<b>559,75</b>	<b>559,75</b>	76
	<b>Питание 189-00руб.</b>										
	<b>Завтрак:</b>										
206	Макароны с сыром	250	11,63	11,63	10,62	10,62	40,74	40,74	296,4	296,4	
74	Чай	200	0,12	0,12	-	-	12,04	12,04	48,6	48,6	
1	Хлеб с маслом	50/15	5,67	5,67	11,57	11,57	36,08	36,08	237,2	237,2	
	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>17,42</b>	<b>17,42</b>	<b>22,19</b>	<b>22,19</b>	<b>88,86</b>	<b>88,86</b>	<b>582,2</b>	<b>582,2</b>	
	<b>Обед:</b>										
25	Рассольник	250	7,4	7,4	7,5	7,5	24,5	24,5	190,5	190,5	
336	Капуста тушеная с мясом	100	17,3	17,3	13,4	13,4	46,5	46,5	275,4	275,4	
68	Картофельное пюре	180	2,12	2,12	3,4	3,4	16,06	16,06	98,05	98,05	
382	Компот из кураги	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>810</b>	<b>31,26</b>	<b>31,26</b>	<b>25,10</b>	<b>25,10</b>	<b>125,33</b>	<b>125,33</b>	<b>817,75</b>	<b>817,75</b>	189
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,68</b>	<b>48,68</b>	<b>47,29</b>	<b>47,29</b>	<b>214,19</b>	<b>214,19</b>	<b>1399,95</b>	<b>1399,95</b>	

Меню составил:



м/с Бабилова Е.С.