

«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Карымкарская СОШ»

Хургунова С.Я.



Меню на 04 сентября 2024г.

| № рец-ры | 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 | | | |
| | 2 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. | | | | | | | | | | |
| 78 | 1. Каша пшеничная | 155 | 205 | 146 | 193 | 4,87 | 6,44 | 5,7 | 7,53 | 25,23 | 33,38 | | | |
| 8 | 2.Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 | | | |
| 41 | 3. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | 0 | 0 | 8,2 | 12,3 | 0,1 | 0,15 | | | |
| 692 | 4. Кофейный напиток | 200 | 200 | 126,86 | 126,86 | 3,8 | 3,8 | 3,4 | 3,4 | 19,48 | 19,48 | | | |
| | Итого: | 405 | 470 | 368,1 | 457,66 | 11,95 | 14,34 | 17,86 | 23,93 | 45,33 | 53,66 | 44 | | |
| | Завтрак: | | | Питание 83,00руб. | | | | | | | | | | |
| 112 | 1. Суп с макаронными изделиями | 200 | 250 | 115,20 | 144,00 | 2,7 | 3,37 | 2,38 | 2,98 | 12,55 | 15,69 | | | |
| 376 | 2. Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 113 | 113 | 0,44 | 0,44 | 0,02 | 0,02 | 32,76 | 32,76 | | | |
| 8 | 3. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 | | | |
| 88 | 4. Фрукты (яблоко) | 100 | 100 | 47 | 47 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 10,25 | 10,25 | | | |
| | Итого: | 540 | 600 | 295,44 | 329,3 | 6,67 | 8,16 | 3,21 | 3,95 | 56,08 | 59,35 | 80 | | |
| | Завтрак: | | | Питание 207,00руб. | | | | | | | | | | |
| 78 | 1. Каша пшеничная | 155 | 205 | 146 | 193 | 4,87 | 6,44 | 5,7 | 7,53 | 25,23 | 33,38 | | | |
| 8 | 2.Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 | | | |
| 41 | 3. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | 0 | 0 | 8,2 | 12,3 | 0,1 | 0,15 | | | |
| 692 | 4. Кофейный напиток | 200 | 200 | 126,86 | 126,86 | 3,8 | 3,8 | 3,4 | 3,4 | 19,48 | 19,48 | | | |
| 88 | 5. Фрукты (яблоко) | 100 | 100 | 47 | 47 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 10,25 | 10,25 | | | |
| | Итого: | 505 | 570 | 415,1 | 504,66 | 12,2 | 14,59 | 18,11 | 24,18 | 55,58 | 63,91 | | | |
| | Обед: | | | | | | | | | | | | | |
| 112 | 1. Суп с макаронными изделиями | 200 | 250 | 115,20 | 144,00 | 2,7 | 3,37 | 2,38 | 2,98 | 12,55 | 15,69 | | | |
| 608 | 2. Котлета мясная | 90 | 100 | 205,87 | 228,75 | 13,99 | 15,55 | 10,39 | 11,55 | 14,13 | 15,7 | | | |
| 336 | 3. Капуста тушеная | 150 | 180 | 97,8 | 117,36 | 2,77 | 3,32 | 4,83 | 5,8 | 10,78 | 12,94 | | | |
| 376 | 4. Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 113 | 113 | 0,44 | 0,44 | 0,02 | 0,02 | 32,76 | 32,76 | | | |
| 8 | 5. Хлеб пшеничный | 60 | 80 | 30,36 | 40,48 | 4,92 | 6,56 | 0,84 | 1,12 | 0,78 | 1,04 | | | |
| | Итого: | 700 | 810 | 562,23 | 643,59 | 24,82 | 29,24 | 18,46 | 21,47 | 71,00 | 78,13 | 199 | | |
| | Всего: | | | 977,33 | 1148,25 | 37,02 | 43,83 | 36,57 | 45,65 | 126,58 | 142,04 | 199 | | |