

Утверждаю Директор МБОУ «Карымкарская СОШ»

Меню на 11.09.2024г



С.Я. Хургунова

№ 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		
	<b>3 день</b>	<b>7-11 лет</b>	<b>12лет и старше</b>	<b>7-11 лет</b>	<b>12лет и старше</b>	<b>7-11 лет</b>	<b>12лет и старше</b>	<b>7-11 лет</b>	<b>12лет и старше</b>	<b>7-11 лет</b>	<b>12лет и старше</b>		
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 44,00руб.</b>											
127-Т	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	180	185,41	202,37	5,49	6,21	8,86	9,19	20,92	23,7		
3-Т	Бутерброд с сыром	65	95	199,85	283,25	7,72	11,56	9,85	12,96	19,75	29,59		
465-П	Кофейный напиток с молоком	180	200	88,11	97,9	1,84	2,04	2,25	2,5	15,14	16,82		
	<b>Итого:</b>	<b>405</b>	<b>475</b>	<b>473,37</b>	<b>583,52</b>	<b>15,05</b>	<b>19,81</b>	<b>20,96</b>	<b>24,65</b>	<b>55,81</b>	<b>70,11</b>	<b>44</b>	
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 83,00руб.</b>											
362-П	Жаркое из сердца	180	200	148,11	189,26	13,33	17,04	2,65	3,39	17,74	22,66		
573-П	Хлеб пшеничный	40	50	94	117,5	3,04	3,8	0,32	0,4	26,35	32,93		
501-П	Сок фруктовый	200	200	92	92	1	1	0,2	0,2	20,20	20,20		
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>450</b>	<b>334,11</b>	<b>398,76</b>	<b>17,37</b>	<b>21,84</b>	<b>3,17</b>	<b>3,99</b>	<b>64,29</b>	<b>75,79</b>	<b>83</b>	
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 207,00руб.</b>											
127-Т	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	180	185,41	202,37	5,49	6,21	8,86	9,19	20,92	23,7		
3-Т	Бутерброд с сыром	65	95	199,85	283,25	7,72	11,56	9,85	12,96	19,75	29,59		
465-П	Кофейный напиток с молоком	180	200	88,11	97,9	1,84	2,04	2,25	2,5	15,14	16,82		
82-П	Фрукт свежий	100	100	47	47	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8		
	<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>575</b>	<b>569,37</b>	<b>630,52</b>	<b>16,55</b>	<b>20,21</b>	<b>21,45</b>	<b>25,04</b>	<b>76,81</b>	<b>79,9</b>		
	<b>Обед:</b>												
59-Т	Сельдь с луком	60	100	107,44	179,06	6,89	11,48	8,44	14,6	0,98	1,64		
72-Т	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	215	250	128,45	171,33	4,68	7,71	6,73	9,48	12,31	13,82		
362-П	Жаркое из сердца	180	200	148,11	189,26	13,33	17,04	2,65	3,39	17,74	22,66		
501-П	Сок фруктовый	200	200	92	92	1	1	0,2	0,2	20,20	20,20		
573-П	Хлеб пшеничный	40	50	94	117,5	3,04	3,8	0,32	0,4	26,35	32,93		
574-П	Хлеб ржаной	50	60	85,4	102,48	3,3	3,96	0,6	0,72	16,7	20,04		
82-П	Кондитерское изделие (Пряник)	15	20	96,3	128,4	0,03	0,04	0,00	0,00	23,82	31,76		
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>910</b>	<b>751,7</b>	<b>980,03</b>	<b>32,27</b>	<b>45,03</b>	<b>18,94</b>	<b>28,24</b>	<b>118,09</b>	<b>143,06</b>		
	<b>Всего:</b>			<b>1321,07</b>	<b>1610,55</b>	<b>48,81</b>	<b>65,24</b>	<b>40,39</b>	<b>53,28</b>	<b>194,9</b>	<b>222,96</b>	<b>207</b>	

Меню составил: зав.производством Езынги Т.А.