

 Хургунова С.Я.

Меню на 15.11.2024г

№ 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		
	<b>5 день</b>	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		
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 44,00руб.</b>											
236-П	Каша рисовая молочная жидкая	160	180	176,8	192,61	3,72	4,21	8,3	8,56	21,81	24,7		
3-П	Бутерброд с сыром	65	95	199,85	283,25	7,72	11,56	9,85	12,96	19,75	29,59		
460-П	Чай с молоком	200	200	59,01	59,01	1,4	1,4	1,03	1,03	11,04	11,04		
	Итого:	<b>425</b>	<b>475</b>	<b>435,66</b>	<b>534,87</b>	<b>12,84</b>	<b>17,17</b>	<b>19,18</b>	<b>22,55</b>	<b>52,6</b>	<b>65,33</b>	<b>44</b>	
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 83,00руб.</b>											
47-П	Винегрет овощной	80	100	70,4	88	1,28	1,6	4,96	6,2	5,28	6,6		
312-П	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	180	200	215,07	238,97	16,09	17,88	8,1	9	19,46	21,62		
460-П	Чай с молоком	200	200	59,01	59,01	1,4	1,4	1,03	1,03	11,04	11,04		
573-П	Хлеб пшеничный	50	55	117,5	129,25	3,8	4,18	0,4	0,64	32,93	36,23		
	Итого:	<b>510</b>	<b>555</b>	<b>461,98</b>	<b>515,23</b>	<b>22,57</b>	<b>25,06</b>	<b>14,49</b>	<b>16,87</b>	<b>68,71</b>	<b>75,49</b>	<b>83</b>	
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 207,00руб.</b>											
236-П	Каша рисовая молочная жидкая	160	180	176,8	192,61	3,72	4,21	8,3	8,56	21,81	24,7		
3-П	Бутерброд с сыром	65	95	199,85	283,25	7,72	11,56	9,85	12,96	19,75	29,59		
460-П	Чай с молоком	200	200	59,01	59,01	1,4	1,4	1,03	1,03	11,04	11,04		
	Фрукт свежий	100	100	43	43	0,9	0,9	0,2	0,2	8,1	8,1		
	Итого:	<b>525</b>	<b>575</b>	<b>482,66</b>	<b>581,87</b>	<b>13,24</b>	<b>17,56</b>	<b>19,58</b>	<b>22,94</b>	<b>62,39</b>	<b>75,12</b>		
	<b>Обед:</b>												
47-П	Винегрет овощной	80	100	70,4	88	1,28	1,6	4,96	6,2	5,28	6,6		
114/1-П	Суп картофельный с пшенной крупой "Полевой"	210	300	129,65	198,53	6,95	12,4	5,79	10,21	12,56	14,54		
312-П	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	180	200	215,07	238,97	16,09	17,88	8,1	9	19,46	21,62		
501-П	Сок фруктовый	200	200	92	92	1	1	0,2	0,2	20,2	20,2		
573-П	Хлеб пшеничный	50	55	117,5	129,25	3,8	4,18	0,4	0,44	32,93	36,23		
574-П	Хлеб ржаной	40	60	68,32	102,48	2,64	3,96	0,48	0,72	13,36	20,04		
	Итого:	<b>760</b>	<b>915</b>	<b>692,94</b>	<b>849,23</b>	<b>31,77</b>	<b>41,02</b>	<b>19,93</b>	<b>26,77</b>	<b>103,79</b>	<b>119,23</b>		
	<b>Всего:</b>			<b>1175,6</b>	<b>2012,97</b>	<b>45,01</b>	<b>58,58</b>	<b>39,51</b>	<b>49,71</b>	<b>166,18</b>	<b>194,35</b>	<b>207</b>	

Утверждаю Директор МБОУ «Карымкарская СОШ»



Хургунова С.Я.

Меню на 15.11.2024г

Меню составил зав.производством Езынги Т.А.