

Меню на 21.10.2024г

С.Я.Хургунова



№ рец-ры	Наименование блюда	Выход гр.	Выход гр.	ккал		белки		жиры		углеводы		Цена	Фото блюдо
				7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше		
	6 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.											
234-П	Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	160	180	183,59	200,31	5,16	5,84	9,56	9,98	19,21	21,76		
1-Т	Бутерброд с маслом	45	68	127,05	193,88	3,08	4,62	3,95	6,28	19,75	29,62		
465-П	Кофейный напиток с молоком	150	180	73,43	88,11	1,53	1,84	1,88	2,25	12,61	15,14		
	Итого:	410	465	358,76	447,26	12,76	14,42	18,07	24,07	41,46	48,55	44	
	Завтрак:	Питание 83,00руб.											
18-Т	Салат из свежих помидоров	80	100	64,52	80,65	0,89	1,11	4,94	6,18	3,7	4,62		
115-П/144-П	Суп с клецками с мясом	210	250	113,73	153,16	4,64	7,69	5,69	8,2	11,02	12,18		
495-П	Компот из смеси сухофруктов	180	200	92,13	102,37	0,36	0,4	0,07	0,08	22,5	25		
573-П	Хлеб пшеничный	30	40	94	70,5	3,04	2,28	0,32	0,24	26,35	19,76		
574-П	Хлеб ржаной	40	50	51,24	85,4	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,7		
	Итого:	540	640	415,62	492,08	10,91	14,78	11,38	15,3	73,59	78,26	83	
	Завтрак:	Питание 207,00руб.											
234-П	Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	160	180	183,59	200,31	5,16	5,84	9,56	9,98	19,21	21,76		
1-Т	Бутерброд с маслом	45	68	127,05	193,88	3,08	4,62	3,95	6,28	19,75	29,62		
465-П	Кофейный напиток с молоком	150	180	73,43	88,11	1,53	1,84	1,88	2,25	12,61	15,14		
501-П	Сок фруктовый	200	200	82	82	1	1	0,2	0,2	20,20	20,20		
	Кондитерское изделие (Печенье)	15	20	67,65	90,20	0,96	1,28	2,52	3,36	10,28	13,7		
	Итого:	570	648	533,72	654,5	11,73	14,58	18,11	21,23	82,05	100,42		
	Обед:												
18-Т	Салат из свежих помидоров	80	100	64,52	80,65	0,89	1,11	4,94	6,18	3,7	4,62		
115-П/144-П	Суп с клецками с мясом	210	250	113,73	153,16	4,64	7,69	5,69	8,2	11,02	12,18		
339-П	Биточки из говядины	90	100	200,4	222,67	14,16	16,22	10,2	11,33	12,55	13,94		
102-Т	Рагу из овощей	150	180	192,35	203,03	3,35	3,53	11,15	11,77	19,64	20,74		
495-П	Компот из смеси сухофруктов	180	200	92,13	102,37	0,36	0,4	0,07	0,08	22,5	25		
573-П	Хлеб пшеничный	30	40	94	70,5	3,04	2,28	0,32	0,24	26,35	19,76		
574-П	Хлеб ржаной	40	50	51,24	85,4	1,98	3,3	0,36	0,6	10,02	16,7		
82-П	Фрукт	100	100	38	38	0,8	0,8	0,2	0,2	7,5	7,5		
	Итого:	880	1010	855,37	955,77	29,25	35,33	33,13	38,6	115,57	120,44		
	Всего:			1389,09	1610,28	40,98	49,91	51,24	60,68	197,62	220,86	207	

Утверждаю

Директор МБОУ «Карымкарская СОШ»



С.Я.Хургунова

Меню на 21.10.2024г



Меню составил зав.производством Езынги Т.А.