

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./



МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 02.03.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№279, 331 Сбор.рецеп Дели 2017г	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,79	8,74	133,99
№203 Сбор.рецеп Дели 2017г	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,10	2,85	31,96	176,10
ТТК	Напиток из свежих фруктов(75С)	200	0,16	0,16	7,26	58,80
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	9,90	50,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,47	59,00
Цена: 64,19 р		503	16,09	15,30	70,33	477,89

Меню на 02.03.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№279, 331 Сбор.рецеп Дели 2017г	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,79	8,74	124,00
№203 Сбор.рецеп Дели 2017г	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/3	5,10	2,85	31,96	186,00
ТТК	Напиток из свежих фруктов(75С)	200	2,28	0,24	14,76	71,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,00
Цена: 30р		513	18,92	15,48	82,10	511,00