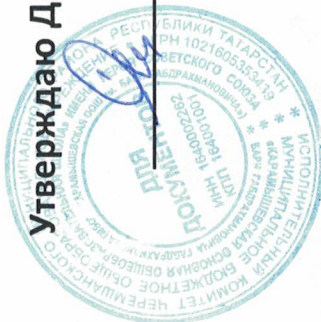


Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./



МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 04.03.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 9, стр 134. 2012 Дели+	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№234,330 Сбор.рецеп Дели 2017г	Биточки рыбные в сметаном соусе	80/20	9,11	10,10	12,92	146,52
№303 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая вязкая	150	4,59	5,47	27,76	193,80
№376 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с мармеладом	185/13,5	0,09	0,02	10,72	43,34
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	40,00
Цена: 64,19 р		571,5	15,51	16,23	69,12	470,66

Меню на 04.03.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№234,330 Сбор.рецеп Дели 2017г	Биточки рыбные в сметаном соусе	80/20	9,11	10,10	12,92	146,52
№303 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая вязкая	150	4,57	3,29	27,72	174,00
№376 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания табл6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,00
Цена: 30р		513	17,25	13,93	72,36	466,52