

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 10.05.2023г (1-4 класс)

| № рецептуры                 | наименование блюда           | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийность,г |
|-----------------------------|------------------------------|---------|---------|--------|------------|----------------|
| №52 Сбор.рецепт Дели 2017г  | Салат из свеклы отварной     | 60      | 0,84    | 3,61   | 4,96       | 55,68          |
| №294 Сбор.рецепт Дели 2017г | Котлеты из мяса кур          | 90      | 11,85   | 8,06   | 18,53      | 198,00         |
| №173 Сбор.рецепт Дели 2017г | Каа пшенная вязкая (на воде) | 150     | 4,18    | 5,01   | 23,94      | 157,50         |
| №376 Сбор.рецепт Дели 2017г | Чай с сахаром                | 190/10  | 0,07    | 0,02   | 10,00      | 40,00          |
| табл 6, стр 134. 2012 Дели+ | Хлеб пшеничный               | 35      | 2,66    | 0,28   | 17,22      | 82,00          |
| табл 6, стр 144. 2012 Дели+ | Хлеб ржаной                  | 25      | 1,65    | 0,30   | 9,90       | 50,00          |
| Цена: 64,19 р               |                              | 605     | 21,25   | 17,28  | 84,55      | 583,18         |

Меню на 10.05.2023г (5-9 класс)

| № рецептуры                 | наименование блюда                   | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийность,г |
|-----------------------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|------------|----------------|
| №294 Сбор.рецепт Дели 2017г | Котлеты из мяса кур в томатном соусе | 60/40   | 9,72    | 16,12  | 14,23      | 241,16         |
| №173 Сбор.рецепт Дели 2017г | Каа пшенная вязкая (на воде)         | 180     | 5,02    | 6,01   | 28,73      | 189,00         |
| №376 Сбор.рецепт Дели 2017г | Чай с сахаром                        | 190/10  | 0,07    | 0,02   | 10,00      | 40,00          |
| табл 6, стр 134. 2012 Дели+ | Хлеб пшеничный                       | 30      | 2,28    | 0,24   | 14,76      | 71,00          |
| табл 6, стр 144. 2012 Дели+ | Хлеб ржаной                          | 30      | 1,98    | 0,36   | 11,88      | 59,00          |
| Цена: 30р                   |                                      | 540     | 19,07   | 22,75  | 79,60      | 600,16         |