



Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 14.03.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№15 Сбор.рецеп Дели 2017г	Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,33
№243 Сбор.рецеп Дели 2017г	Сосиски отварные	100	10,07	12,84	0,36	201,12
№175 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша "Дружба" вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4,75	2,94	36,92	148,50
ТТК	Чай "Витаминный" с ягодами	185/10/5	0,24	0,09	12,42	54,20
промышленный выпуск	Батончик злаковый	24	1,20	1,92	17,52	93,60
Хим.состав и калорийность российских продуктов питания таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	40,00
Цена: 64,19 р		535	20,21	20,69	75,14	571,75

Меню на 14.03.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№243 Сбор.рецеп Дели 2017г	Сосиски отварные	100	10,80	13,84	0,36	201,12
№175 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша "Дружба" вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4,75	2,94	36,92	148,50
№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 таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Цена: 30р		505	19,12	17,32	69,00	496,02