

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 14.10.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	калорийность,
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
№312 Сбор.рецеп Дели 2017г	Картофельное пюре	150	3,07	4,80	20,44	137,25
№382 Сбор.рецеп Дели 2017г	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	120,96
таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Цена: 64,19 р		600	20,15	19,36	82,46	558,13

Меню на 14.10.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	калорийность,
№234,330 Сбор.рецеп Дели 2017г	Биточки рыбные в сметаном соусе	50/20	9,11	10,10	12,92	146,52
№312 Сбор.рецеп Дели 2017г	Картофельное пюре	150	3,07	4,80	20,44	137,25
№376 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00
табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,54	17,82	89,00
Цена: 30р		460	15,09	15,62	71,02	459,77