

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 15.03.2023г (1-4 класс)

| № рецептуры                    | наименование блюда                      | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийность,г |
|--------------------------------|-----------------------------------------|---------|---------|--------|------------|----------------|
| №52 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г  | Салат из свеклы отварной                | 60      | 0,84    | 3,61   | 4,96       | 55,68          |
| №294 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г | Котлеты из мяса кур                     | 90      | 11,85   | 8,06   | 18,53      | 198,00         |
| №312 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г | Пюре картофельное с<br>маслом сливочным | 150/5   | 3,13    | 8,43   | 20,51      | 170,25         |
| №376 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г | Чай с сахаром                           | 190/10  | 0,07    | 0,02   | 10,00      | 40,00          |
| табл 6, стр 134.<br>2012 Дели+ | Хлеб пшеничный                          | 35      | 2,66    | 0,28   | 17,22      | 82,00          |
| табл6, стр 144.<br>2012 Дели+  | Хлеб ржаной                             | 25      | 1,65    | 0,30   | 9,90       | 50,00          |
| Цена: 64,19 р                  |                                         | 565     | 20,20   | 20,70  | 81,12      | 595,93         |

Меню на 15.03.2023г (5-9 класс)

| № рецептуры                    | наименование блюда                      | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийность,г |
|--------------------------------|-----------------------------------------|---------|---------|--------|------------|----------------|
| №294 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г | Котлеты из мяса кур в<br>томатном соусе | 60/40   | 9,72    | 16,12  | 14,23      | 241,16         |
| №312 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г | Пюре картофельное с<br>маслом сливочным | 180     | 3,68    | 5,76   | 20,53      | 154,70         |
| №376 Сбор.рецепт<br>Дели 2017г | Чай с сахаром                           | 190/10  | 0,07    | 0,02   | 10,00      | 40,00          |
| табл 6, стр 134.<br>2012 Дели+ | Хлеб пшеничный                          | 30      | 2,28    | 0,24   | 14,76      | 71,00          |
| табл6, стр 144.<br>2012 Дели+  | Хлеб ржаной                             | 30      | 1,98    | 0,36   | 11,88      | 59,00          |
| Цена: 30р                      |                                         | 540     | 17,73   | 22,50  | 71,40      | 565,86         |