



Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 19.09.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
табл 9, стр 186. 2012 Дели+	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№15 Сбор.рецеп Дели 2017г	Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,33
№260 Сбор.рецеп Дели 2017г	Гляш из говядины	50/50	10,45	10,71	22,89	221,00
№171 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая рассыпая с маслом сливочным	150/5	4,61	6,92	27,79	207,00
№377 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,20	12,30	58,75
Цена: 64,19 р		590	19,76	20,91	82,98	610,08

Меню на 19.09.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
ТТК	Гуляш из куриных грудок	50/50	15,94	8,83	3,40	154,39
№171 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая рассыпая с маслом сливочным	150	4,57	3,29	27,72	174,00
№377 Сбор.рецеп Дели 2017г	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	42,00
табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
табл 6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,54	17,82	89,10
Цена: 30р		490	23,48	12,84	68,98	506,49