

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 21.10.2023г (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	2,03	2,63	0,00	34,33
№279,331 Сбор.рецеп Дели 2017г	Тефтели мясные в сметанно- томатном соусе	60/40	7,28	11,79	8,74	133,99
№303 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,58	5,01	20,52	145,50
№379 Сбор.рецеп Дели 2017г	Кофейный напиток	200	2,87	2,18	15,90	80,60
табл 6, стр 134. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Цена: 64,19 р		600	20,20	22,33	74,64	535,42

Меню на 21.10.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№279,331 Сбор.рецеп Дели 2017г	Тефтели мясные в сметанно- томатном соусе	60/40	7,28	11,79	8,74	133,99
№303 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,58	5,01	20,52	145,50
№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	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Цена: 30р		480	14,21	17,06	54,02	389,99