



Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф./

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 22.03.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№54 Сбор.рецепт Дели 2017г	Салат из свеклы с яблоками	60	0,65	4,18	6,72	62,34
№260 Сбор.рецепт Дели 2017г	Гуляш из говядины	50/50	10,99	10,71	12,89	211,00
№304 Сбор.рецепт Дели 2017г	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5	3,74	4,15	39,23	209,00
№376 Сбор.рецепт 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
табл 6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,60
Цена: 64,19 р		555	18,29	19,46	86,60	608,94

Меню на 22.03.2023г (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
№304 Сбор.рецепт Дели 2017г	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150	3,70	0,52	39,16	176,00
№376 Сбор.рецепт 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
табл 6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Цена: 30р		510	23,97	9,97	79,20	500,29