



Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 23.03.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№139 Сбор.рецепт Дели 2017г	Капуста тушеная	75	0,92	1,92	5,92	57,75
№229 Сбор.рецепт Дели 2017г	Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	9,15	5,62	7,80	105,00
№312 Сбор.рецепт Дели 2017г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,10	8,43	20,51	170,25
№342 Сбор.рецепт Дели 2017г	Компот из свежих яблок(75С)	200	0,16	0,16	13,91	58,74
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		570	16,17	16,53	65,90	478,34

Меню на 23.03.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№229 Сбор.рецепт Дели 2017г	Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	9,15	5,62	7,80	105,00
№312 Сбор.рецепт Дели 2017г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3	3,08	6,98	20,48	157,05
№342 Сбор.рецепт Дели 2017г	Компот из свежих яблок(75С)	200	0,16	0,16	13,91	58,74
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		513	16,65	13,36	68,83	450,69