

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 29.04.2023г (1-4 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
табл 9, стр 134. 2012 Дели+	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
№234,330 Сбор.рецеп Дели 2017г	Биточки рыбные в сметаном соусе	80/20	9,11	10,10	12,92	146,52
№171 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливовым	150/3	4,59	5,47	27,76	193,76
№388 Сбор.рецеп Дели 2017г	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	10,76	48,20
табл6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	40,00
Цена: 64,19 р		505	16,09	16,49	69,16	475,48

Меню на 29.04.2023г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность,г
№234,330 Сбор.рецеп Дели 2017г	Биточки рыбные в сметаном соусе	80/20	9,11	10,10	12,92	146,52
№171 Сбор.рецеп Дели 2017г	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,57	3,29	27,72	174,00
№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	20	1,52	0,16	9,84	47,00
табл6, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,00
Цена: 30р		500	17,25	13,93	72,36	466,52