

Утверждаю Директор школы:

/Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 03.02.2024г (1-4 класс)

| № рецептуры | наименование блюда | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийность,г |
|-----------------------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| ТТК | Салат из отварной моркови и свеклы с зеленым горошком | 60 | 0,96 | 2,11 | 4,33 | 40,50 |
| ТТК | Котлеты "Аппетитные" | 90 | 12,90 | 12,15 | 13,15 | 214,20 |
| №171 Сбор.рецепт Дели 2017г | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 150/3 | 3,79 | 4,47 | 39,76 | 233,80 |
| табл 6, стр 134. 2012 Дели+ | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| №377 Сбор.рецепт Дели 2017г | Чай с сахаром с лимоном | 185/10/5 | 0,11 | 0,02 | 10,15 | 41,32 |
| Цена: 66,76 р | | 533 | 20,04 | 18,99 | 82,15 | 600,32 |

Меню на 03.02.2024г (5-9 класс)

| № рецептуры | наименование блюда | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийность,г |
|-----------------------------|---|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| №95 Сбор.рецепт Дели 2017г | Рассольник домашний с мясными фрикадельками со сметаной | 250/22/10 | 6,74 | 9,17 | 13,21 | 173,84 |
| №377 Сбор.рецепт Дели 2017г | Чай с сахаром, с лимоном | 185/10/5 | 0,11 | 0,02 | 10,15 | 41,32 |
| табл 6, стр 144. 2012 Дели+ | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| Цена: 42р | | 512 | 8,83 | 9,55 | 35,24 | 274,56 |