

Утверждаю Директор школы:

 /Якупова Г.Ф/

МБОУ "Карамышевская ООШ имени Бари Габдрахманова"

Меню на 12.01.2024г (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	0,4	0,4	9,8	47
№15 Сбор.рецепт Дели 2017г	Сыр порционно	15	3,95	3,99	0,00	51,50
№279,331 Сбор.рецепт Дели 2017г	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,94	8,36	123,99
№203 Сбор.рецепт Дели 2017г	Макаронные изделия отварные	150	4,50	2,94	25,01	145,50
№379 Сбор.рецепт Дели 2017г	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
Цена: 66,76 р		620	23,18	22,51	83,30	586,74

Меню на 12.01.2024г (5-9 класс)

№ рецептуры	наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийность, г
№279,331 Сбор.рецепт Дели 2017г	Тефтели мясные в сметанно-томатном соусе	60/40	7,28	11,94	8,36	123,99
№203 Сбор.рецепт Дели 2017г	Макаронные изделия отварные	150	4,50	2,94	25,01	145,50
№376 Сбор.рецепт Дели 2017г	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,01	40,00
таблб, стр 144. 2012 Дели+	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20
Цена: 42,00р		490	14,49	15,38	59,22	388,69