

Меню на 12. 11. 2021 г.

завтраки

Сезон:осенне-зимний-весенний

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		Пищевые вещества			Витамины					Минеральные вещества					Энергетическая ценность (ккал)			
		7-11 лет	12 лет и старше	цена	Белки	Жиры	Углеводы	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
																200		200	19,40	17,5
ТК№7 с62007г	макароны отварные	200	200	19,40	17,5	4	18,70	20,8	115,8	6	3,20	0,00	10,6	2	3,10	146,7	27,4	0	3,10	367,06
ТК№377(3)	соус основной красный	35	35	14,65	0,35	0,33	0,97	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	0,01	0,35	0,66	0,01	0,35	8,36		
ТТК№9	тефтеля "Домашняя"	100	100	30,00	9,00	9,00	11,0	0	0,08	1,00	20,0	1,20	20,4	0	14,74	27,24	0	3,34	117,00	
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	5,04	3,68	1,28	25,1	2	0,04	4,60	30,2	0,52	13,2	0	17,10	32,76	0	0,02	128,52	
ТК№160106рец№68	чай с сахар.и лимоном	200/15/7	200/15/7	3,93	0,04	0,00	10,1	2	0,00	1,60	11,1	0,00	0,00	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26	
Итого				73,02																662,20



Директор МБОУ Ларинская СШ

Луктионова Е. К.