

Меню на 22. 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	Белки	Жиры	Углеводы	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
															цена	
ТТК№ 2	котлета рыбная "Сазан"	100	100	22,21	18,20	2,70	3,20	0,07	0,50	0,06	0,30	25,90	46,22	18,15	0,70	116,00
ТК№377(з)	соус красный основной	16	16	6,55	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
ТК№9 рец302	гречка отварная рассыпчатая	180	180	37,39	0,68	115,49	1,12	0,13	0,00	1,39	3,08	164,00	26,59	1,71	1,44	315,63
Качест удост	Хлеб ржаной	2/30	2/30	5,04	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
рец943 сб2005г	чай с сахаром	200/15	200/15	1,83	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого				73,02												609,77



Директор МБОУ Паринская СШ *Локтионова Е. К.* Локтионова Е. К.