

Меню на 30.11.2021 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		
ТК№120609 рец№489	рагу из кур филе	290	290	53,84	22,56	33,21	0,46	20,82	12,45	1,86	92,00	127,56	82,30	0,10	417,83	
Удст. качества	хлеб ржаной	2/30	2/30	5,04	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52	
ТК№160106 рец№686	чай с сах и лим блин со вкусом вар. Сгущ.мол	200/15/8	200/15/8	4,14	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26	
ТТК№3		50	50	10,00	1,75	18,00	12,10	11,80	0,20	0,01	35,60	25,78	6,00	0,01	115,00	
Итого:				73,02											702,61	



Директор МБОУ Ларинская СШ Локтионова Е. К.