

Меню на 10. 01. 2022 г.

завтраки

Сезон:осенне-зимний-весенний

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		цена	Пищевые вещества			Витамины				Минеральные вещества				Энергетическ ая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки	Жиры	Углеводы	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

TK№7 с62007г	макароны отварные	180		180	17,40	17,54	20,80	115,86			10,62		146,74	27,40	3,10		367,06
	соус																
TK№377(3)	основной красный	35		35	13,52	0,35	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46		0,66	0,01	0,35		8,36
	тефтели																
ТТК№9	"Домашняя"	100	100		32,63	9,00	11,00	0,08	1,00	20,00	1,20	14,74	27,24	20,40	3,34		117,00
	Хлеб																
Качест удост	пшеничный в/с	2/30	2/30		5,54	3,68	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02		128,52
TK№160106рец№68	чай с сахар.и лимоном	200/15/7	200/15/7				10,12			11,10							
					3,93	0,04		0,00	1,60		0,00	15,33	2,30	0,77	0,00		41,26
ИТОГО					73,02												662,20



Директор МБОУ Ларинская СШ Локтионова Е. К.