Меню на 19.01.2022 г.

завтраки

Сезон:зимний-весенний

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		цена	Пищевые вещества			Витамины				Минеральные вещества				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки	Жиры	Углеводы	B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ТТК№4	котлета мясная(Цвибельская)	100	100	28,00	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	220,00
сб 2004г	гороховое пюре	180	180	16,80	23,20	5,43	50,80	0,81	6,45	0,07	5,00	115,00	23,00	61,64	4,00	272,20
ТКН№377(3)	соус основной красный	43	43	16,97	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
Качест удост	хлеб ржаной	2/30	2/30	5,54	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
ТКН№1 рец868	компот из смеси сухофруктов	200	200	8,20	0,04	0,00	24,76	0,01	1,08	0,00	56,51	6,40	3,60	0,00	1,80	94,20
Итого:				75,51												723,28

Директор МБОУ Ларинской СШ: _____ Е.К.Локтионова