

Меню на 24.01.2022 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		

рец№168 сб2010г	каша рисовая молочная	200/16	200/16	36,85	3,09	4,07	36,98	0,03	0,00	20,00	37,66	5,90	67,00	21,80	0,47	197,00
ТТК№3 Качест удост	блин со вкусом вар.сгущ.молока	100	100	21,30	3,50	7,50	36,00	24,20	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
ТК№110 рец959	Хлеб пшен. в/с какао на молоке	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
Итого		200	200	11,82	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
				75,51												712,35

Директор МБОУ Ларинская СШ *Локтионова Е. К.*

