

Меню на 31.01.2022 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	цена	Белки	Жиры	Углеводы	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

№ 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	Углевод	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
ТТК №3	котлета Аппетитная(курина)	100	100	34,30	12,00	30,00	14,00	16,88	11,0	0	0,03	48,0	33,4	5	158,40	0	1	370,00
ТК№7 сб2007г	макароны отварные	180	180	17,40	17,54	18,70	20,80	115,8	3,20	0,00	0,00	10,6	3,10	2	146,74	0	0	367,06
ТК№377(3)	соус основной красный	26	26	10,07	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,3	5	8,36
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	2/3	0	5,54	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,2	0	0,52	17,1	0	32,76	0	2	128,52
ТК№1 рец 868	Компот из смеси сухофруктов	200	200	8,20	0,04	0,00	24,76	0,01	1,08	0,00	56,5	1	6,40	3,60	0,00	0	0	94,20
Итого:				75,51														968,14



Директор МБОУ Ларинская СШ Локтионова Е. К.