

Меню на 11. 10. 2021 г.

завтраки

Сезон:осенне-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	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

ТТК № 3	блин со вкусом вар.сгущ.мол.	100	100	20,00	3,50	7,50	36,00	24,20	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
рец№168 сб2010г	каша рисовая	200/21	200/21	36,58	3,09	4,07	36,98	0,03	0,00	20,00	37,66	5,90	67,00	21,80	0,47	197,00
Качестудост	Хлеб ржаной	2/30	2/30	5,04	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
ТК №110 рец№959	какао на молоке	200	200	11,40	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
итого				73,02												712,35



Директор МБОУ Ларинская СШ

Локтионова Е. К.