

Меню на 16. 11. 2021 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			
ТТК№3	блин со вкусом вар сгущ.мол.	50	50	10,00	3,50	7,50	36,00	24,2	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00	
удост качества	яблоко сезонное	1шт	1шт	26,92	2,20	2,30	5,80	0,04	0,00	11	0,01	44,50	21,10	6,00	0,01	92,96	
ТК№120224 рец№311	каша жидкая молочная (из хлопьев овсяных)	200/10	200/10	27,13	9,70	12,50	54,40	0,04	6,80	28,45	0,05	55,28	61,00	13,00	1,20	242,42	
удост качества	хлеб пшеничный	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№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	3,93	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												850,73	



Директор МБОУ Ларинская СШ №311 Ларинская Локтионова Е. К.