

Меню на 19.10.2021 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		
															цена	

ТТК№ 2	котлета рыбная "Сазан"	100	100	22,21	18,20	2,70	3,20	0,07	0,50	0,06	0,30	25,90	46,22	18,15	0,70	116,00
ТК№377(3)	соус красный основной	20	20	7,72	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
удост качества	огурец маринованный	35	35	8,72	2,30	4,20	8,40	0,01	2,30	16,80	0,12	17,25	5,89	13,10	0,10	70,47
рец№694 сб2005г	картофельное пюре	200	200	15,40	5,60	5,30	12,00	0,10	2,50	0,00	0,22	46,00	67,80	34,00	0,90	174,42
Качест удост	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№160106 рец№686	чай с сахар. И лимоном	200/15/7	200/15/7	3,93	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
ТТК№ 3	блин со вкусом вар.сгущ	50	50	10,00	1,75	3,75	18,00	12,10	11,80	0,20	0,01	35,60	25,78	6,00	0,01	115,00
ИТОГО				73,02												654,03



Директор МБОУ Ларинская СШ Локтионова Е. К.