

Меню на 22. 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			
ТК№7 сб2007г	макароны отварные	200	200	17,5	18,70	20,8	115,8	0	3,20	0,00	10,6	3,10	146,7	27,4	0	3,10	367,06
ТК№377(3)	соус основной красный	20	20	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	0,10	8,36
уд качества	огурец маринованный	25	25	2,30	4,20	8,40	0,01	2,30	16,8	0	0,12	17,25	5,89	13,1	0	0,10	70,47
ТТК№9	тефтеля " Домашняя"	100	100	9,00	9,00	11,0	0,08	1,00	20,0	0	1,20	14,74	27,24	20,4	0	3,34	117,00
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	3,68	1,28	25,1	0,04	4,60	30,2	0	0,52	17,10	32,76	13,2	0	0,02	128,52
ТК№160106рец№6 86	чай с сахар.и лимоном	200/15/7	200/15/7	0,04	0,00	10,1	0,00	1,60	11,1	0	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	0,00	41,26
ИТОГО				73,02													732,67



Директор МБОУ Ларинская СШ Локтионова Е. К.