

Меню на 30. 09. 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№6	оладьи "Печёночные"	100	100	25,50	8,50	5,00	11,00	0,46	0,00	12,45	1,86	51,00	10,23	24,40	0,10	125,00
ТК№9 рец№302	гречка отварная рассыпчатая	180	180	37,39	0,68	115,49	1,12	0,13	0,00	1,39	3,08	164,00	26,59	1,71	1,44	315,61
Качестудост рец№943 сб2005г	хлеб пшенич.в/с чай с сахаром	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
		200/15/10	200/15/10	5,09	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:				73,02												610,39



Директор МБОУ Ларинская СШ

Локтионова Е. К.