



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафигова Г.И.

Меню ЛДП «СОЛНЫШКО» на 01 июня 2024 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК						
194	Каша пшенная молочная жидкая	180/5	6,5	8	30,7	221
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
3	Бутерброд с сыром	30/10	5	3	14,5	107
0	Фрукты свежие (Яблоко)	100	2,52	0,52	12,74	71
0	Мороженое (натуральное)	80	7,76	7,84	24,64	168
	Итого за прием	605	21,88	19,36	91,68	602
ОБЕД						
13	Салат из свежих помидоров	60	0,52	2,7	2,7	38,25
Д07Д019	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	6	3,47	23,6	152
19**	Котлеты рыбные с соусом	60/30	9,72	4	9	108
212	Макаронные изделия отварные	180/5	6,6	4,7	39,4	230
311	Кисель витаминизированный из концентрата	200	0	0	3,9	16
0	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17
0	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,20
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
	Итого за прием	1005	28,483	16,28	117,845	704,6175
	Итого за день	1610	50,363	35,64	209,525	1306,6175

Шеф-повар  Мансурова Г.Р.