



Утверждаю

Директор:

Ф.В.Гайнуллина

Меню на 10 июня 2022 года в ЛДП МБОУ СОШ с.Аккузево

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена блюд, руб.
1	2	3	4	5	6	7	8
	Завтрак						
191	Каша манная молочная	180+5	5,4	7,2	26,8	194	5,82
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35	1,17
4	Бутерброд с повидлом	30/10/40	2,5	8,4	39,8	241	16,94
0	Фрукты свежие (бананы)	150	4,5	0	12,74	136,5	16,50
	Итого за прием	615	12,5	15,6	88,44	606,50	40,43
	Обед						
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5	4,93
ДО7ДА19	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,47	4,4	6,67	73	7,95
19*	Куриное филе, тушеное с овощами	100	22,7	29,26	3,74	370	46,87
177	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,3	4,7	44,1	240	9,52
311	Кисель витаминизированный из концентрата	200	0	0	3,9	16	10,00
0	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17	2,07
0	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,20	2,32
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0	4,40
0	Йогурт	100	3,1	2,5	13,8	89	17,00
	Итого за прием	1135	38,03	43,60	116,03	982,87	105,06

Повар А.В. Гиндуллина