



Утверждаю

Директор:

Ф.В.Гайнуллина

Меню на 19 июня 2022 года в ЛДП МБОУ СОШ с.Аккузево

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена блюда, руб.
1	2	3	4	5	6	7	
	Завтрак						
150	Рагу из овощей	200	12,1	14,5	21,1	264	18,00
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35	1,14
1	Бутерброд с маслом	310/10	2,4	8,6	14,6	146	8,54
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0	4,40
	Итого за прием	640	14,6	13,10	44,80	445	32,08
	Обед						
17	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	89,6	6,68
ДО7ДА19	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,47	4,4	6,67	73	7,96
19*	Куриное филе, тушеное с овощами	100	22,7	29,26	3,74	370	40,26
177	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,3	4,7	44,1	240	9,52
0	Сок фруктовый	200	1,	0,2	20,2	92	16,0
0	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17	1,95
0	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,20	2,32
	Итого за прием	965	36,01	42,73	120,44	1024,97	84,69

Повар А.В. Гиндуллина