



Утверждаю

Директор:

Ф.В.Гайнуллина

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

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Состав блюда				ЭЦ, ккал	Цена блюда, руб.	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
150	Рагу из овоще	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 (бутылированная 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