



Утверждаю

Директор:

Ф.В.Гайнуллина

Меню на 14 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 | | | | | | |
| 194 | Каша пшённая молочная жидкая | 180/5 | 6,5 | 8 | 30,7 | 221 | 10,26 |
| 285 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,1 | 0 | 9,3 | 37 | 4,13 |
| 3 | Бутерброд с сыром | 30/10 | 5 | 3 | 14,5 | 107 | 7,84 |
| 0 | Фрукты свежие (бананы) | 150 | 2,5 | 1,5 | 12,74 | 136,5 | 16,50 |
| | Итого за прием | 535 | 14,1 | 12,5 | 67,2 | 501,5 | 38,73 |
| | Обед | | | | | | |
| 14 | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,45 | 2,7 | 1,8 | 33 | 6,06 |
| ДО7ДГ19 | Рассольник ленинградский со сметаной | 200 | 1,73 | 10,67 | 25,33 | 244 | 7,72 |
| МО7КБКК | Биточки (котлеты) мясные с соусом | 60/30 | 12,08 | 11 | 10,15 | 171 | 34,14 |
| 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 | 16,00 |
| 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 |
| | | | | | | | |
| | Итого за прием | 1045 | 25,20 | 30,68 | 140,83 | 940,37 | 82,23 |

Повар А.В. Гиндуллина