



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

Шафикова Г.И.

Меню ЛДП «СОЛНЫШКО» на 18 июня 2024 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюد)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	ЗАВТРАК					
182	Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая	250/7	10	12,7	43,7	330
284	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61
1	Бутерброд с маслом	50/20	4,1	17	24,3	269
	Итого за прием	527	15,5	31,1	79,2	660
	ОБЕД					
8.2	Огурцы свежие	70	0,42	0,06	1,14	7
34	Рассольник ленинградский	300/12	2,4	5,7	15,7	126
МО7КБКК	Биточки (Котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
173	Каша гречневая рассыпчатая	250/7	14,4	9,4	63	401
295	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68
0	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	16,7	86,89
0	Хлеб пшеничный	50	3,96	1,2	33,4	119
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
	Итого за прием	1229	36,76	28,06	157,29	978,89
	Итого за день	1756	52,26	59,16	236,49	1638,89

Шеф-повар  Мансурова Г.Р.