



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

Шафикова Г.И.

Меню ЛДП «СОЛНЫШКО» на 11 июня 2024 года

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
ЗАВТРАК						
194	Каша пшенная молочная жидкая	180/5	6,5	8	30,7	221
3	Бутерброд с сыром	30/10	5	3	14,5	107
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0	9,3	37
0	Фрукты свежие (Яблоко)	150	2,5	1,5	12,74	136,5
	Итого за прием	575	14,1	12,5	67,2	501,5
ОБЕД						
14	Салат из свежих огурцов	60	0,45	2,7	1,8	33
ДО7ДГ19	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,73	10,67	25,33	244
МО7КБКК	Биточки (Котлеты) мясные с соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
177	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,3	4,7	44,1	240
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
0	Сок фруктовый в индивид уп.	200	1	0,2	20,2	92
0	Хлеб ржаной	30	2,48	0,45	12,53	65,17
0	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,96	26,72	95,20
0	Вода питьевая (бутилированная вода)	200	0	0	0	0
	Итого за прием	1205	25,303	30,68	149,925	975,3675
	Итого за день	1780	39,4	43,2	217,2	1476,9

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.