

Дата 18.09 2023г

Утверждаю
руководитель Ямшевской СОШ
Б.К.Балгина

Наименование блюда	Выход блюд	Ингредиенты блюд	Вес,грамм		Калории к/калории	Пищевые вещества					Цена
			брутто	нетто		Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы, грамм	Кальций, м/гр	Витамин С м/гр	
Борщ с мясом	227/25	говядина	54	42	301	12,12	3,6	31,92	14,16	6,24	215,12
		Картофель	50	42							
		Капуста	25	18							
		Морковь	9	7							
		Свекла	34	25							
		Лук репчатый	8	6							
		Томатная паста	6	6							
Масло растит	3	3									
соль	1,8	1,8									
петрушка	2	2									
Плов (куры)	177	куры	34	34	342	14,9	19,2	37,8	31,1	5,9	118,4
		рис	34	34							
		масло раст.	10	10							
		Лук репчатый	10	7							
		морковь	16	13							
		томат	18	18							
Компот из сухофруктов	200	сухофрукты	20	20	48	0,36	0	14,5	22	3	33
		сахар	20	20							
		яблоко	100	100							
Хлеб	32	Хлеб	32	32	49	1,9	0,3	11	8,9	0	10,24
		пшеничный									
Энергетическая и пищевая ценность					875,25	32,28	106,22	106,22	69,28	24,14	446,79