

Дата: 20.09 2023 год



 Утверждаю
 руководитель Ямшевской СОШ
 Б.К.Балгина

Наименование блюда	Выход блюдо гр	Ингредиенты блюдо	Вес, грамм		Калории к/калории	Пищевые вещества					Цена	
			брутто	нетто		Белки, грамм	Жиры, грамм	Углеводы, грамм	Кальций м/грамм	Витамин С м/гр		
Свекольник	227	Мясо говядина Картофель Свекла Лук репчатый Масло раст. Морковь Соль	54	42	304	11,02	2,9	28,6	12,16	5,32	207,02	
			50	42								
			50	42								
			11	9								
			5	5								
			10	7								
Куры отварные	90	Курица Лук репчатый соль	34	21	126	2,78	9,06	1,1	12,6	0,01	62,20	
			3	3								
			1	1								
Гарнир макаронны	127	макаронны масло сливочное	34	34	201	6	4,8	32,15	12,25	3,6	52,1	
			15	15								
Хлеб	32	Хлеб пшеничный	32	32	49	1,9	0,3	11	8,9	0	10,24	
Кисель	200	кисель сахар вода	24	24	122	0,2	0	30	16	20	50,7	
			10	10								
			190	190								
Энергетическая и пищевая ценность					1136	38,47	38,4	124,51	107,41	32,02	382,26	