МБОУ "Нижненарыкарская СОШ"

10.05.2023

(Школа 7-10 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак 1	
120	**Гуляш из говядины** *мясо говядина, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука в/с, соль*	кКал-136, Бел-16, Жир-7, Угл-3
150	**Каша гречневая рассыпчатая,** *крупа гречневая, масло сливочное*	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26
200	**Кофейный напиток с молоком** *молоко, сахар, кофейный напиток 1*	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10
40	**Хлеб пшеничный**	
200	**Питьевая вода**	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
	Итого за Завтрак 1	кКал-698, Бел-36, Жир-30, Угл-67
	Обед	
250	**Рассольник ленинградский с крупой** *картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, соль*	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17
70/40	**Печень по-строгановски** *печень говяжья, сметана, масло сливочное, мука в/с, соль*	кКал-175, Бел-14, Жир-10, Угл-7
150	**Макаронные изделия отварные** *макаронные изделия в ассортименте, масло растительное*	кКал-175, Бел-6, Жир-1, Угл-36
60	**Хлеб пшеничный**	
200	**Компот из клюквы** *клюква с/м, сахар*	кКал-59, Угл-14
	Итого за Обед	кКал-526, Бел-22, Жир-15, Угл-75
	Итого за день	кКал-1 224, Бел-58, Жир-45, Угл-142

Технолог пищеблока _____ Григорян С.С.

Директор школы _____ Воробьев В.А.

МБОУ «Нижненарыкарская СОШ»

Подписано цифровой подписью: Воробьёв Владимир Анатольевич
DN: c=RU, st=Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "НИЖНЕНАРЫКАРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", 1.2.643.100.3=120B303438333430363235353 2, 1.2.643.3.131.1.1=120C383631343031383735313231, email=nnar_school@oktregion.ru, givenName=Владимир Анатольевич, sn=Воробьёв, cn=Воробьёв Владимир Анатольевич
Дата: 2023.05.10 08:35:55 +05'00'