21.04.2023

(Школа 7-10 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак 1	
100	**Каша гречневая рассыпчатая** *крупа гречневая, масло сливочное, соль*	кКал-173, Бел-6, Жир-6, Угл-25
120	**Гуляш из говядины** *мясо говядина, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука в/с, соль*	кКал-136, Бел-16, Жир-7, Угл-3
200	**Кофейный напиток с молоком** *молоко, сахар, кофейный напиток 1*	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10
60	**Хлеб пшеничный**	
	Итого за Завтрак 1	кКал-379, Бел-24, Жир-15, Угл-38
	Обед	
250	**Суп картофельный** *картофель, фасоль, мясо говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль*	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1
200	**Рагу из овощей** *картофель, мясо говядина, капуста свежая, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, масло сливочное, чеснок, соль*	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20
200	**Кисель** *кисель, сахар*	кКал-40, Угл-10
60	**Хлеб пшеничный**	
	Итого за Обед	кКал-260, Бел-3, Жир-13, Угл-31
	Итого за день	кКал-639, Бел-27, Жир-28, Угл-69

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=120B303438333434303632353532, 1.2.643.3.131.1.1=120C383631343031383735313231, email=nnar_school@oktregion.ru, givenName=Владимир Анатольевич, sn=Воробьёв, cn=Воробьёв Владимир Анатольевич
Дата: 2023.04.21 15:23:55 +05'00'