

Школа

МБОУ "Нижнеарыкарская СОШ"

Отд./корп

День

06.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	142	Запеканка морковная с творогом	200	36,89	369,16	15,97	10,82	34,69
	гор.напиток	298	Чай с молоком	200	12,54	87,25	2,79	2,55	13,27
	хлеб	365	Бутерброд с маслом	60/30	19,27	158,8	3,05	7,52	19,54
			Яблоко	100	8,00				
Завтрак 2	фрукты								
			Вода питьевая	200	3,09				
Обед					79,79	615	22	21	68
	закуска	4	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	10,73	70,02	0,84	5,06	5,32
	1 блюдо	43	Свекольник	250	17,41	104,16	1,93	6,34	10,05
	2 блюдо	203	Фрикадельки мясные паровые с соусом	100	50,08	163,79	10,68	9,97	5,33
	гарнир	222	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,50	241,15	6,57	6,42	39,135
	сладкое	293	Сок	200	19,97	36	2	0,2	5,8
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,75	52,4	1,54	0,6	9,96
	хлеб черн.				0,00				
						104,69	668	24	29
					184,48	1283	45	49	143

Директор школы

В.А.Воробьев

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

