

Школа

МБОУ "Нижнеларыкарская СОШ"

Отд./корп

День

16.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	112	Каша пшеничная молочная жидкая	205	14,37	227	6	7	34
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200	9,71	154	4	4	26
	хлеб	369	Бутерброд с сыром	50	30,39	157	11	8	10
			Йогурт	115	38,00	84	6	7	8
	Итого:				92,47	662	22	21	97
Завтрак 2	фрукты								
			Вода питьевая	200	3,60				
Обед	закуска	18	Салат из моркови с изюмом	100	18,00	65,81	0,98	5,13	4,54
	1 блюдо	56	Суп - лапша домашняя	250	22,89	2,45	4,89	13,91	109,38
	2 блюдо	181	Жаркое по - домашнему	220	46,03	334,08	22,54	17,33	22,13
	гарнир								
	сладкое	283	Компот из с/ф	200	5,03	116,19	1,36	0	29,02
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,73	92,8	3,04	0,32	19,44
	хлеб черн.		Яблоко						
					99,28	765	30	26	104
					191,75	1482	54	46	226

Директор школы

В.А.Воробьев

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

