

Школа

МБОУ "Нижнеарыкарская СОШ"

Отд./корп

День

18.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	229	Горошек зеленый консервированный	50	0,00	38,94	1,57	1,65	3,45
	гор.напиток	89	Сельдь с луком	70	28,26	94	13,11	11,32	5,1
	хлеб	241	Картофельное пюре	200	27,21	213,94	4,26	8,08	31,06
		298	Чай с молоком	200	4,24	87,25	2,79	2,55	13,27
	Итого:		Хлеб пшеничный	40	3,05	92,8	3,04	0,32	19,44
Завтрак 2	фрукты	89	Апельсины	200	0,00				
			Вода питьевая	200	0,00				
			<b>Итого:</b>		<b>62,76</b>	<b>527</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>72</b>
Обед	закуска	246	Помидоры свежие	100	13,50	11,5	0,55	0,1	2,3
	1 блюдо	63	Щи из свежей капусты с картофелем	300	9,79	129,4	2,51	7,6	12,77
	2 блюдо	290	Оладьи из печени	100	37,26	208	15,2	13,8	5,6
	гарнир	224	Рис отварной	200	8,97	300,24	5,18	6,78	53,7
	сладкое	281	Компот из плодов консервированных	200	42,64	157,22	0,63	0,25	40,15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,74	92,8	3,04	0,32	19,44
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30		54,3	1,98	0,36	10,26
					115,90	953,46	29,09	29,21	144,22
					178,66	1480	54	54	217

Директор школы \_\_\_\_\_ В.А.Воробьев

Технолог пищеблока \_\_\_\_\_ Григорян С.С.

