

Школа

МБОУ "Нижнеарыкарская СОШ"

Отд./корп

День

19.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	105	Каша манная молочная с изюмом	200/5	13,37	256,81	9,8	7,21	40,74
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200	9,74	153,92	3,77	3,93	25,95
	хлеб	376	Бутерброд с сыром (1-й вариант0	50	21,90	168,9	7,36	10,53	13,8
		89	Апельсин	100	28,00	27	0,6	1,33	6,4
	Итого:				73,01	607	22	23	87
Завтрак 2	фрукты								
			Вода питьевая	200	3,59				
Обед	закуска	21	Салат из свежих помидоров с перцем	100	4,69	110,14	1,06	10,1	3,72
	1 блюдо	46	Суп картофельный с клецками	250	19,44	111,94	3,75	3,29	16,84
	2 блюдо	197	Рулет из говядины паровой	110	46,44	133,36	11,5	7,38	5,28
	гарнир	349	Рагу овощное (кабачки)	200	21,21	168	5	6,2	27,4
	сладкое	283	Компот из сухофруктов	200	4,97	113,79	0,56	0	27,89
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	3,89	92,8	3,04	0,32	19,44
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30		54,3	1,98	0,36	10,26
					100,64	784,33	26,89	27,65	110,83
					177,24	1390,96	48,42	50,65	197,72

Директор школы

В.А.Воробьев

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

