

Школа

МБОУ "Нижнеарыкарская СОШ"

Отд./корп

День

20.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	114	Каша рисовая молочная жидкая	200	15,02	261	6	8	41	
	гор.напиток	269	Какао с молоком	200	9,71	154	4	4	26	
	хлеб	369	Бутерброд с отварными мясopодуктами	50	33,17	157	11	8	10	
			Яблоко	200	0,00	90	1	0	21	
	Итого:				57,90	662	22	21	97	
Завтрак 2	фрукты									
			Вода питьевая	200	6,62					
Обед	закуска	18	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	19,63	65,81	0,98	5,13	4,54	
	1 блюдо	47	Суп с макаронными изделиями	250	22,63	124,09	2,83	2,86	21,76	
	2 блюдо	191	Мясо тушеное (говядина)	100	67,65	136,51	17,5	6,1	2,99	
	гарнир	92	Рагу из овощей	150	17,32	174,87	2,72	10,88	16,051	
	сладкое	274	Кисель плодово ягодный	200	4,96	116,19	1,36	0	29,02	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,74	92,8	3,04	0,32	19,44	
	хлеб черн.									
						135,93	765	30	26	104
						200,45	1375	51	45	193

Директор школы _____ В.А.Воробьев

Технолог пищеблока _____ Григорян С.С.

