

Школа

МБОУ "Нижнеарыкарская СОШ"

Отд./корп

День

30.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	241	Картофельное пюре	150	18,67	160	3	6	23	
	гор.напиток	296	Чай с молоком	200	1,95	89	1	2	17	
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	2,62	93	3	0	19	
		164	Рыба жареная с соусом (горбуша)	110	32,51	174	14	12	3	
	Итого:		Яблоко	100	16,20	39	2	2	3	
Завтрак 2	фрукты									
			Вода питьевая	200	3,09					
					75,04					
Обед	закуска	246	Помидор	60	21,24	14	0,8	0,1	2,6	
	1 блюдо	37	Борщ из свежей капусты и карофелем	250	23,63	111,11	1,9	6,66	10,81	
	2 блюдо	197	Рулет из говядины паровой с соусом	110	47,43	133,36	11,5	7,38	5,28	
	гарнир	125	Макароны отварные с овощами	150	12,92	203,37	5,1	6,99	30,09	
	сладкое	278	Компот из плодов	200	18,29	110,96	0,48	0,25	26,81	
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,92	92,8	3,04	0,32	19,44	
	хлеб черн.									
	Итого:					202,47	1221	46	43	162

Директор школы

В.А.Воробьев

Технолог пищеблока МБОУ

Григорян С.С.

