



УТВЕРЖДЕНО

директор школы:

В.В. Хаялдай

Школа

МБОУ СОШ с. Арыскан

Отд./корп

День

13.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		уха	100		39	3,4	0,9	4,50
	2 блюдо		гречка рассыпчатая	180		230,165	8,104	5,737	36,609
	гарнир		гуляш из говядины	100		207,23	14,504	14,83	3,738
	сладкое		компот из сухофруктов	200		39,91	0	0	9,983
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	30		65,35	0,78	0,06	15,13
	хлеб черн.		печенье	100		7,5	11,8	74,9	41,7