

УТВЕРЖДЕНО

директор школы: С. В. Хаялдай /В.В. Хаялдай/



Школа

МБОУ СОШ с. Арыскан

Отд./корп

День

20.03.2023

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		рассольник	200		125,5	4,8	5,8	30,5
	2 блюдо		гуляш из говядины	90		186	13,5	13,1	3
	гарнир		каша пшеничная рассыпчатая	150		187,1	4,4	5,3	30,5
	сладкое		компот из кураги	200		66,9	1,0	0,1	15,6
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	60		140,6	4,6	0,5	29,5
	хлеб черн.								
				банан	100		115	1,8	0,6