



Кыргыс И.Д.

МБОУ СОШ с.Арыг-Бажы

МЕНЮ

День: 05.09.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	калорийность
Завтрак	гор.бл.до	54-6г-2020	Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5
		54-6р-2020	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	100	12,8	4,1	6,1	112,3
	гор.напиток	54-20хн-2020	Кисель клубничный	200	0,4	0,1	14,4	59,7
	хлеб	пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	10	51,2
	сладкое	пром	Печенье сливочное	30	2,4	3,9	20,1	126