

ср2

МБОУ СОШ с.Арыг-Бажы

МЕНЮ

05.03.2025г



Кыргыс И.Д.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	калорийность
Завтрак	гор.бл.до							
	гор.напиток							
	хлеб							
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	Пром.	Творог	60	3	9,6	1,8	99
	1 блюдо	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	200	4,7	5,7	10,1	110,4
	2 блюдо	54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
	гарнир	54-21г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7
	соус	54-3с-20	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
	напитки	54-23гн-202	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
	хлеб белое	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6