

МБОУ СОШ с.Арыт-Бажы

МЕНЮ



Кыргыс И.Д

06.03.2025г

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	калорийность
Завтрак	гор.бл.до							
	гор.напиток							
	хлеб							
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	54-283-2020	Конфеты	60	0,015	0	11,91	48,15
	1 блюдо	54-9с-2020	Суп фасолевый	200	6,7	4,6	14,4	117
	2 блюдо	54-5р-2020	Котлета рыбная (торбуша)	100	17,6	8,2	4,8	165,4
	гарнир	54-6г-2020	рис отварной	200	3,7	4,8	36,5	203,5
	напитки	54-3хн-2020	Компот из черносипва	200	0,5	0,2	19,4	81,3
		54-3соус-20	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6