

МБОУ СОШ с.Арыг-Бакы

07.03.2025r



Кыргыз И.Д.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	калорийность
Завтрак	гор.бл.до							
	гор.напиток							
	хлеб							
Завтрак 2								
Обед	закуска							
	фрукты	54-16з-2020	Винегрет с растительным мас	60	0,6	5,3	4,1	67,1
	1 блюдо	54-24с-2020	Суп картофельный с макарон	200	4,8	5,8	13,6	125,5
	2 блюдо	54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,3	8,1	33,2	314,6
	напитки	54-04гн-202	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,7	50,9
	хлеб белое	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6