

МБОУ СОШ с.Арыл-Бажы

МЕНЮ



Кыргыс И.Д.

День: 05.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход.	Цена	белки	жиры	углеводы	калорийность
Завтрак	гор.бл.до								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	54-60-2020	Яйцо вареное	60		8	6	0	78
	1 блюдо	54-17с-202	Суп из овощей	200		1,4	3,7	8	71
	гарнир	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150		8,3	6,3	36	233,7
	2 блюдо	54-2м-2020	Гуляш из говядины	100		13,5	13,1	3,2	185,6
	гор.напиток	54-11г-202	Чай с медом	200		0,3	0	7,4	30,9
	хлеб белое	пром	хлеб пшеничный	60		4,6	0,5	29,5	140,6
	хлеб черное								