

МБОУ СОШ с.Арыг-Важы

МЕНЮ

Директор:

Кыргыс И.Д.



День: 12.04.2025г.

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	э	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173/М/СЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200		280,56	8,53	9,57	39,91
	гор.блюдо	210/М/СЖ	Омлет натуральный	100		152,83	9,74	11,52	2,47
	напиток	Пром.	Кисель	200		59,7	0,4	0,1	14,4
	хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	40		94	3,04	0,32	19,68
	фрукты								
	закуска								