



Утверждаю
Директор школы

Санчы О.В.

Школа

МБОУ СОШ с. Бай-Хаак

Отд./корп

День

13.10.2022г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	290/330М	Грудки куриные, тушенные в сметанном соусе	100	20.00	145,564	16,942	9,763	1,173
	гор.напиток		Сок фруктовый	200	10.00	92	1	0,2	20,2
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	25	2.00	43,5	1,65	0,3	8,35
		341К	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,00	230,165	8,104	5,737	36,609
		71М	Помидоры порционные свежие	25	8.00	6	0,275	0,05	
		15М	Сыр порционный	20	8,54	60,7	4,1	4,7	0,5
		434(мак рец 553)М	Булочка с маком пониженной калорийности	40	5.00	156,428	4,494	2,251	29,559
Завтрак 2	фрукты			итого	64,54				
Обед	закуска	71М	Огурец свежий	25	5,54	4	0,25	0,025	0,75
	1 блюдо	145К	Суп овощной с курицей	250	10.00	86,926	3,442	3,877	9,419
	2 блюдо	290/330М	Грудки куриные, тушенные в сметанном соусе	100	20.00	145,564	16,942	9,763	1,173
	гарнир	203М	Макаронные изделия отварные с сыром	180	11.00	280,234	9,358	7,753	43,083
	сладкое	349М	Компот из сухофруктов	180	10.00	84,75	0,702	0,054	20,104
	хлеб бел.		Хлеб ржано-пшеничный	25	2.00	43,5	1,65	0,3	8,35
	хлеб черн.								
		341м	Апельсины с сахаром	100	6.00	62,95	0,9	0,2	13,09
				итого	64,54				