

Утверждаю
 МБОУ Адыр-Кежигская СОШ
 Директор школы: Чигжит У.А



Школа: МБОУ Адыр-Кежигская СОШ

дата 24.01.2023

Прием Пи	Раздел	№ рец.	Блюда	Выход	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюда								
	гор.напиток								
	хлеб								
завтрак 2	Фрукты								
обед	закуска		огурец нарезка	100		13.7г	0.7г	0.1г	3.7г
	1 блюдо		Суп с домашней лапшой	250		83.80г	2.15г	2.27г	13.71г
	2 блюдо	246	гуляш	150		160	12.02г	10.06г	3.36г
	гарнир	302	гречка	150		162.5г	5.75г	4.06г	25.76г
	сладкое	349	комот	200		103	0.51	0	25.23
	хлеб бел		хлеб	35		254	7.7г	2.4г	53.4г
	хлеб черн		шоколад	35					

Утверждаю
 Директор школы: _____ / Чигжит У.А



Школа: МБОУ Адыр-Кежигская СОШ

дата 26.01.2023

Прием Пи	Раздел	№ рец.	Блюда	Выход	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюда								
	гор.напиток								
	хлеб								
завтрак 2	Фрукты								
обед	закуска		печенье	30		335.8	04.8г	2.8г	77.7г
	1 блюдо	71	уха	250		251.43	21.15г	13.65г	32.49г
	2 блюдо	139	бигус	250		5	8.3г	23г	188г
	гарнир								
	сладкое	349	комот	200		103	0.51	0	25.23
	хлеб бел		хлеб	35		254	7.7г	2.4г	53.4г
	хлеб черн		сыр нарезка	35		360	23	29	0

