

Директор школы: Ондар О.В.
" 10 " 01 2023 г.

Школа МБОУ Кара-Чыраанская СОШ Отд./корт День 10.01.2023

Согласовано:

Мед.работник: Монгуш Ш.Д.
" 10 " 01 2023 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат винегрет	100		53	3,3	0,1	9,7
	1 блюдо		Суп куриный	200		44	3,4	2,3	2,9
	2 блюдо		Каша геркулесовая	80		355	13,1	6,2	65,7
	гарнир		Печенье						
	хлеб бел.		Хлеб	60		158	3,7	0,6	30
	Чай		Какао с молоком	200		85	2,7	2,3	14

Утверждаю: _____
 Директор школы: Озгем Ондар О.В.
 " 18 " 01 2023 г.

Школа МБОУ Кара-Чыраанская СОШ Отд./корм

Соглаовано: _____
 Мед.работник: Монгуш Монгуш Ш.Д.
 " 18 " 01 2023 г. День 11.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат морковный	60		50	1,5	0,7	10,1
	1 блюдо		Суп гороховый	200		63	4,4	3,6	5,5
	2 блюдо		Плов	150		190	8,4	7,4	22,4
	гарнир								
	сладкое		коржик						
	хлеб бел.		Хлеб	60		158	3,7	0,6	30
	чай		Компот	200		109,4	0,64	0	26,7