



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Сыстыг-Хемской ООШ

Лосинчат-Кунгаа Ч.С.

17.11.2023г

№	Наименование блюд	Выход		белки	жиры	Углеводд	ккал	Витамины			Минералы			
		граммах	граммах					1,5	1,1	3,5	1,3	5,6	2,1	2,9
1	суп кур карт и с вермиш	250	5,6	4	1,8	65,9								
2	чай с сахаром и лим	200	0,2	0,1	5	20	0,2	3,1	0,1	0,7	1,1	1,2	4,4	
3	Хлеб пшеничный	50	5,2	19	30	313	8,7	4,1	13	4,1	15	8,8	17	
4	конфеты	50	0,8	0,2	7,5	38	4	42	1,1	3,5	2,1	2,8	0,6	
5	мандарин	80	6	33	56	505	0	0	0	0	0	0	0	
6														
7														
	Итого	630	17,8	56,3	100,3	941,9	14,4	50,3	17,7	9,6	23,8	14,9	24,9	



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Сыстыг-Хемской ООШ

Лосинчат-Кунгаа Ч.С.

20.11.2023г

№	Наименование блюд	Выход		белки	жиры	Углеводд	ккал	Витамины			Минералы			
		граммах	граммах					1,1	0,2	1,7	5,1	7,4	3,3	1
1	Каша рисовая	200	2,2	2,6	12,6	83,5	1,1	0,2	1,7	5,1	7,4	3,3	1	
2	Компот из сух/фр	200	3,4	0,4	55,2	244,3	2,8	1,4	21	12	13	20	23	
3	Хлеб пшеничный	50	5,2	19	30	313	8,7	4,1	13	4,1	15	8,8	17	
4	Салат морков и яблок	150	0,7	0,4	11	46	2,9	11	47	2,2	2,9	3,5	2,8	
5														
6														
7														
	Итого	600	11,5	22,4	108,8	686,8	15,5	16,7	82,7	23,4	38,3	35,6	43,8	