

Директор МБОУ Сыстыг-Хемской ООШ
Лосинчат-Кунгаа Ч.С.

27.11.2023г

№	Наименование блюда	Выход граммах	белки	жиры	Углеводы г	ккал	Витамины		Минералы				
1	Суп молочный с рожками	250	2,6	0,8	11,5	63,6	1,6	0,1	0,3	2,4	3,6	1,4	1,6
2	чай с сахаром	200	0,1	0	3,8	16,2	0,1	0	0,1	0,8	0,7	1	3,3
3	Хлеб со слив маслом	30	5,2	19	30	313,8	8,7	0	13	4,1	15	8,8	17
4	салат винегрет	150	1,7	4,9	6,8	76,7	3,3	19	144	4,6	5,5	5,7	5,6
5													
6													
7													
	Итого	630	9,6	24,7	52,1	470,3	13,7	19,1	157,4	11,9	24,8	16,9	27,5

Директор МБОУ Сыстыг-Хемской ООШ
Лосинчат-Кунгаа Ч.С.

28.11.2023г

№	Наименование блюда	Выход граммах	белки	жиры	Углеводы г	ккал	Витамины		Минералы				
1	Суп гороховый с туш	250	6	4,3	8,2	95,9	5,7	1,2	13	2,3	8,8	5,2	8,3
2	компот их сух/фр	200	3,4	0,4	55,2	244,3	2,8	1,4	21	12	13	20	23
3	Хлеб с сыром	70	5,2	19	30	313	8,7	4,1	13	4,1	15	8,8	17
4	манник	150	6,2	2,4	45,9	218	4,7	0,1	4,4	5,2	9,7	4,1	6,1
5													
6													
7													
	Итого	670	20,8	26,1	139,3	871,2	21,9	6,8	51,4	23,6	46,5	38,1	54,4

Утверждаю