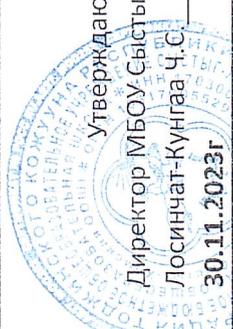




Директор МБОУ Сыстыг-Хемской ООШ
Лосинчат-Кунгаа Ч.С.

29.11.2023г

№	Наименование блюд	Выход граммах	белки	жиры	Углеводы ккал	Витамины			Минералы				
1	Борщ с кур мясом	250	4,7	4	4,1	72,8	2,6	2,6	8,8	1,2	6,1	2,6	3,1
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	10,4	3,4	48,4	268	0	0	0	0	0	0	0
4	олады с повидлой	150	5,5	3,9	14,9	118,3	8,1	24	5,8	10	22	8,4	9,1
5													
6													
7													
	Итого	670	24	11,7	122,6	703,4	13,5	28	35,6	23,2	41,1	31	35,2



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

30.11.2023г

№	Наименование блюд	Выход граммах	белки	жиры	Углеводы ккал	Витамины			Минералы				
1	Уха с сайрой и карт	250	2,4	1,2	1,7	27,5	0,7	1	5,9	0,9	1	1,1	0,9
2	чай с молоком	200	0,7	0,8	8,2	43	0,7	0,3	0	3,3	3,1	1,5	2,2
3	Хлеб пшеничный	70	5,2	1,9	30	313	8,7	4,1	13	4,1	15	8,8	17
4	салат с морк и сыра	150	3	3,9	11,3	93,5	2,2	3,2	11,6	1,9	3,9	5,1	2,2
5													
6													
7													
	Итого	670	11,3	24,9	51,2	477	12,3	8,6	134,9	10,2	23	16,5	22,3