

Утверждено
Директор МБОУ «СОШ № 2 с. Кызыл-Мажалык»
Сайытдар Г.Ы
«17» Февраль 2022

Меню

День: Четверг
Обед

«17» Февраль 2022 г

№ рецепту ры	Прием пищи , наименовани е блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценнос ть (кка л)	Витамины (мг)					Минеральные вещества, (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Мg	Fe	Р		
140	Борщ	200	6,61	3,36	12,46	128,04	52,3	21,6	2,13	97,0	0,09	1,13	0,05	1,81		
591	Минтай тушенная	80/75	8,8	13,6	9,66	191,33	0,02	0,36	0,09	1,53	12,6	15,03	0,41	189		
694	Гречка отварная	150/180	6,62	5,42	31,73	202,4	0,07	0	25,2	-	5,83	25,34	1,33	44,6		
648	Какао с молоком	200	10	0,6	35,2	110	28,7	19,6	0,96	52,6	0,12	9,33	0,12	1,68		
18	Хлеб пшеничный	100	7,57	2,9	51,4	261,7	0,11	14,1	1,05	35,1	23,5	13	1,2	-		
	Печенье,конфе ты шок	100	0,9	2,7	26,3	52,6	0,01	3,78	0,23	2,78	20,7	9,6	0,54	102		

Повар: Бисенгул / Хомушку А.О /

Мелсестра: Сармат / Ооржак У.Т /

Кладовщик: Сысоев / Санчат Б.М /