

стационарная программа

Л. День 13.12.23

Школа	МКОУ "Нижне-Сыловская ООШ"		Отд./корп		Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рсц.	Блюдо	Выход, г					
Завтрак	гор.блюдо		Каша овсяная молочная с сахаром	180	2,20	218,7	6,6	6,7	33,85
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	37,8	1,56	2,61	0
	хлеб		Хлеб пшенич.	40	2,40	47	2,28	0,24	11,46
Завтрак 2	фрукты		Фрукт банан	100	1,50	96	1,5	0,5	21
Обед	закуска		Салат из белок, капусты с морковью	60	16,60	81,6	0,96	6,06	6,76
	1 блюдо		Суп картофельный с кабачками	200	9,30	86,4	1,84	3,4	14,1
	2 блюдо		Макароны с соусом том. мясным	130	7,60	96,6	3,4	0,45	20,4
	гарнир		Помидоры свежие	70	11,05	111,6	10,6	10,5	9,5
	сладкое		Маггиот и маршмэллоу	180	5,70	99	0,45	0	25,3
	хлеб бел.		Хлеб пшенич.	40	2,40	69,6	2,64	0,46	13,36
	хлеб черн.								
Полдник			Суповая молочная	60	5,90	140,4	5,7	1,3	35,7
			Джемная	200	13,20	100	5,22	4,5	7,2



Подпись: [Signature]
 Програма: [Signature]