

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП Детский сад

Отд./корп

Старшая группа

4 День

05.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Творог творожная запеканка	180	12,05	222	4,8	11,5	35,5
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	15,5
	хлеб		хлеб пшени.	40	2,40	79,5	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты								
			Яблоко	180	11,80	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат из свежих помидоров	60	8,85	66	0,6	6,12	4,1
	1 блюдо		Суп картофельный с морф. и реп.	200	7,60	181,5	10,06	9,88	15,12
	2 блюдо		Плов из отварной говядины	200	30,10	352	9,04	8,9	25,6
	гарнир								
	сладкое		Творог и сметанное блюдо	180	16,75	83	0,45	0,18	19,9
хлеб бел.		хлеб пшени.	40	2,40	70,5	2,28	0,24	14,76	
хлеб черн.									

Фрукт апельсин

Банан

Чай с сахаром

100

60

180

18,30

12,90

1,50

32,3

154,68

54

0,6

4,44

0,09

9,15

4,33

0

6,04

19,72

15,5



Голов Ісара ГабмЛ Сабмуніцыпальна Р.

Дырэктар Р.М. Сухамажэскава Р.