

старшая сестра

9 День 14.09.23

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП Детский сад		ОТД./корп		Цена		Калорийность		Белки		Жиры		Углеводы	
прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
звтрак	гор.блюдо		Хиша мексиканская молочная вудрал	180	21,90	251	5,6	8,6	35,3				
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,5				
	хлеб		хлеб пшени.	40	2,40	70,5	2,28	0,24	19,76				
звтрак 2	фрукты		Черника	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2				
	закуска		Салат из св. помидоров и огурцов	60	19,55	38,4	0,54	3,06	3,10				
обед	1 блюдо		Суп картофельный с мясом, грибами	200	19,25	114,8	4,6	3,88	15,12				
	2 блюдо		Азу	200	37,35	305,8	14,57	13,6	20,6				
	гарнир		Соль картофельной	180	24,60	78,2	0,8	0,17	17,1				
	сладкое		хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	13,02				
	хлеб бел.												
хлеб черн.													

Макаронные из. отварн. с соусом 180 13,80 165 7,2 5,06 22,4
 хлеб пшеничный 20 1,20 47 1,52 0,16 10,84
 Чай с лимоном 180 2,10 549 0,09 0 13,68

Получил



Сестра
 Сестра
 Сестра

Директор