

массажная форма

10 День 15.09.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Сыр мажарский с масл. сыр.	150	17,60	90,8	4,75	3,95	17,23
	гор.напиток		Жареный напиток с медом	150	6,70	59,25	2,4	2,03	13,9
	хлеб		Волок пшени.	50	3,00	70,5	2,28	0,24	16,76
Завтрак 2	фрукты			150	9,90	75	3,9	3,37	5,4
			Яблочко						
Обед	закуска		Салат овощной	30	10,60	39	0,35	3,24	3,04
	1 блюдо		Свекольник со сметаной и маслом	150	12,50	76,8	4,02	8,56	10,2
	2 блюдо		Желе из мяса курицы	160	22,30	273,5	9,12	9,06	25,6
	гарнир								
	сладкое		Каша из овсянки с медом	150	13,00	69,75	0,34	0,15	17,65
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	11,02
хлеб черн.									

Сырники из творога жирностью 130 26,75 115,8 7,2 5,5 10,3
 Чай с сахаром 150 2,35 75 0,08 0 11,25



Степан Степанов
 Директор
 Администрация Ч.Р.
 Нижне-Сыповский Р.С.