

стфедная форма

1 День

18.09.23

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада

Отд./корп

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша рисовая рассыпчатая	180	20,10	253,08	4,9	6,14	42,04
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	30	1,80	70,05	2,28	0,24	16,46
Завтрак 2	фрукты								
			Сметан.	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат из свежих овощей	60	18,85	66	0,6	4,12	4,1
	1 блюдо		Щи из св. капусты с картофелем	200	23,60	157,46	8,31	8,66	9,06
	2 блюдо		Блюдо картофельное	130	20,00	110,4	2,5	4,2	15,08
	гарнир		Пюре картофельное	80	18,10	74,6	4,76	3,16	3,32
	сладкое		Сок фруктов	180	24,60	69	0,75	0,15	15,15
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	60	3,00	87	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн.								

Полдник	Закуска творожная	150	16,40	212,5	12	10,6	13,95
	Чай с лимоном	200	2,30	61	0,1	0	15,2



Директор
 Подпись
 Подпись