Школа: МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад | Отд./корп: старшая группа | 3 День | 20.09.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша овсяная "Геркулес" вязкая	180	10,10	205,5	6,4	8,4	27,9
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,70	54	0,09	0	14,5
	хлеб		Хлеб пшен.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты								
			Кефир	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат витаминный	60	16,00	82,8	0,66	6,06	6,36
	1 блюдо		Борщ из свежей капусты со сметаной.	180	17,70	56,3	1,18	3,4	7,04
	2 блюдо		Треска отварная	130	8,75	168,7	5,7	5,2	25,7
	гарнир		Пюре из отварного мяса соус.	70	58,00	148,5	10,3	11	3,1
	сладкое		Компот из сухофруктов	180	5,70	99	0,45	0	24,3
	хлеб бел.		Хлеб пшен.	40	2,40	69,6	2,64	0,46	13,36
	хлеб черн.								
Полдник			Сдоба обыкновенная	80	10,80	243	6,6	3,64	47,8
			Сок фруктовый	180	8,20	78,2	0,8	0,17	17,1

Повар детсада Габт Габтулдинова И.Р

Директор Мухаметдярова Г.В.