

старшая форма

4 День 24.08.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" С.П. Гиманский сад

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Яичница мясная малочная в масле	180	12,05	322	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	14,46
Завтрак 2	фрукты								
			Яичница	180	11,80	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска								
	1 блюдо		Салат из свежих помидоров	60	8,85	66	0,6	6,12	4,1
	2 блюдо		Суп картофельный с картоф. супы.	200	7,60	184,5	19,06	9,88	19,12
	гарнир		Плов из отварной говядины	200	30,10	352	9,04	8,9	25,6
	сладкое		Паштет из анжуйского се-себевеши	180	16,75	83	0,45	0,18	19,9
хлеб бел.		Хлеб пшени	40	2,40	79,5	2,28	0,24	14,46	
хлеб черн.									

Фрукты	100	18,50	32,3	0,6	0,15	6,04
Яичница	60	12,90	154,66	4,44	4,33	19,72
Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	15,5



А.В. Галага  
Администрация Нижне-Сыповской ООШ