

смазанная кружка

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада Отд./корп 7 День 29.08.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша манная утешная кружка	180	35,70	203,6	4,7	9,5	29,6
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1,90	54	0,09	0	13,59
	хлеб		хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,48
Завтрак 2	фрукты								
			Ягодник	180	9,20	90	5,22	4,5	4,3
Обед	закуска		Салат утешная капуста с морковью	60	16,65	81,6	0,96	4,06	6,76
	1 блюдо		Пассежирский салат с овощами	180	34,20	46,5	1,4	3,1	12,2
	2 блюдо		каршас по-домашнему	200	31,60	344,5	17,6	13,7	15,2
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктов	180	8,22	78,2	0,8	0,13	14,9
	хлеб бел.		хлеб пшени.	50	3,00	87	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн.								

Полдник

Вафлики сешевые утешная 150 18,80 144,8 11,8 7,04 15,4  
 Чай с лимонами 180 1,80 54,9 0,09 0 13,68



Подпись: [Signature]