Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад Отд./корп мл. гр. День 16.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная из пшена и риса	150		151,30	3,95	8,25	21,80
	гор.напиток		Чай с молоком	180		54,00	0,09	0,00	13,59
	хлеб		Хлеб пш.	20		70,50	2,28	0,24	16,76
Завтрак 2	фрукты		Кефир	150		75,00	3,90	3,37	5,40
Обед	закуска		Салат из белокочанной капусты с морковью	40		54,40	0,72	4,50	6,30
	1 блюдо		Рассольник домашний	150		65,90	1,30	3,65	11,85
	2 блюдо		Жаркое по домашнему	160		275,60	12,10	8,50	10,90
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый	150		46,00	0,50	0,10	11,10
	хлеб бел.		Хлеб пш.	30		52,20	1,98	0,36	13,02
	хлеб черн.								
Полдник			Вареники ленивые из творога	130		236,70	9,20	7,50	13,90
			Чай с лимоном	150		46,75	0,07	0,00	12,40