Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад	Отд./корп	ст.гр.					День	19.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп молочный с макаронными изделиями	200		146,00	5,70	5,20	22,90
	гор.напиток		Кофейный напиток с молоком	200		7,90	3,20	2,70	16,90
	хлеб		Хлеб пш.	40		71,00	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты		Ряженка	180		90,00	5,22	4,50	7,20
Обед	закуска		Салат овощной	60		78,00	0,78	6,48	6,09
	1 блюдо		Свекольник со сметаной	200		134,20	7,18	7,30	12,80
	2 блюдо		Плов из мяса куры	200		341,90	12,10	12,00	32,80
	гарнир								
	сладкое		Компот из апельсинов с яблоками	180		83,00	0,45	0,18	19,90
	хлеб бел.		Хлеб пш.	40		69,60	2,64	0,46	13,36
	хлеб черн.								
Полдник			Сырники из творога запеченные	150		204,50	0,45	0,18	19,90
			Чай с сахаром	180		54,00	2,64	0,00	13,36