Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад Отд./корп мл.гр. День 22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша кукурузная	130		164,50	44,00	7,20	37,60
	гор.напиток		Чай с сахаром	180		45,00	0,08	0,00	13,50
	хлеб		Хлеб пш	20		47,00	1,56	0,16	9,84
Завтрак 2			Кефир	150		75,00	4,35	3,75	6,00
Обед	закуска		Салат из свежих помидоров	40		44,00	0,40	4,08	1,40
	1 блюдо		Щи из свежей капусты	150		97,40	5,67	5,18	4,78
	2 блюдо		Пюре картофельное	110		101,20	2,30	4,80	12,00
	гарнир		Рыба,тушенная в сметанном соусе	60		58,20	5,82	3,12	3,74
	сладкое		Сок фруктовый	150		76,80	0,70	0,20	16,80
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40		70,00	2,64	0,46	14,36
Полдник			Запеканка творожная	130		170,00	96,00	9,08	10,56
	гор.напиток		Чай с лимоном	150		45,75	0,08	0,00	11,40