

селекционная черника

8 День 05.04.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП Детский сад

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Хиша-саяна с мясной начинкой	150	19,00	164,4	5,2	5,3	24,2
	гор.напиток		Чай с лимоном	160	1,30	45,75	0,075	0	12,4
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	70,50	2,28	0,24	15,8
Завтрак 2	фрукты		Банан	100	13,50	96	1,5	0,5	21
Обед	закуска		Салат витаминный	40	10,00	68,20	0,49	3,5	6,7
	1 блюдо		Сыр-саяна жаренная с соусом	150	29,60	66,6	4,9	5,7	9,4
	2 блюдо		Пюре картофельное	160	31,00	187,5	10,2	7,96	5,8
	гарнир								
	сладкое		Варенье из анисовых семян.	150	13,00	69,7	0,34	0,15	16,6
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	12,08
хлеб черн.									

Полдник.

Омлет картофельный 130 12,00 106 11,2 15,4 3,4

Банан жареный 20 1,50 52,4 1,6 0,58 11,28

Яблоко 150 9,90 75 4,35 3,75 7



Директор школы Т.А. Сидорова

Т.А. Сидорова И.П.