старшая группа

8 День 15.05.23

кола МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад Отд./корп

рием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
втрак	гор.блюдо		Каша манная молочная жидкая	180	15,00	193,8	5,58	6,7	31,8
	гор.напиток		Чай с лимоном	180	1,50	54,9	0,09	0	14,7
	хлеб		Хлеб пшен.	40	2,40	72	2,3	0,2	14,8
автрак 2	фрукты		Банан	100	13,50	96	1,5	0,5	21
обед	закуска		Салат витаминный	60	21,00	82,8	0,66	6,06	7,38
	1 блюдо		Суп-лапша домашняя с курой	200	22,85	136,1	6,6	7,5	15,3
	2 блюдо		Голубцы ленивые	200	27,05	270	12,7	12,4	8
	гарнир								
	сладкое		Компот из апельсинов с яблок.	180	16,75	83	0,45	0,18	21,9
	хлеб бел.		Хлеб пшен.	40	2,40	69,6	2,64	0,46	13,36
	хлеб черн.								
Полдник			Омлет натуральный	150	13,00	127,2	6,7	10,4	3,9
			Батон нарезной	30	1,90	78,6	2,2	0,8	18,3
			Ряженка	200	13,20	100	4,3	3,7	7

Повар д/сада Габт Габтулзянова Ч.Р.

Дир. шк РМр Мухамадьяров