

массовая физна

1 День

2.05.23

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" с п детского сада

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Томат суп с курицей и пассыроленной	130	19,15	164,5	4,4	4,2	34,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	45	0,08	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	47	1,56	0,16	9,84
Завтрак 2	фрукты		Яблоки	150	4,65	75	4,35	3,45	6
Обед	закуска		Салат из овощей консервов	40	17,05	44	0,4	4,08	1,4
	1 блюдо		Суп из св.квасушки с рафтовареным	150	20,40	97,4	5,64	5,18	4,48
	2 блюдо		Пюре картофельное	110	16,90	101,2	2,3	4,8	12
	гарнир		Авocado, тертый в сметанном соусе	60	13,60	58,2	5,82	3,12	3,74
	сладкое		Сок фруктовый	150	20,55	76,8	0,7	0,2	16,8
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	70	2,64	0,16	14,36
	хлеб черн.								

Поздний

Закуска творожная
Чай с молоком

130 14,30 170 96 9,08 19,56
150 1,45 45,45 0,045 0 11,4



Товар Москва
Дир. Москва
Собор Собор
Саммуленко И.И.
Мухоморова