младшая группа

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад Отд./корп 2 День 31.03.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша пшеничная молочная	130	18,60	163,55	5,6	5,61	2,74
	гор.напиток		Чай с сахаром	150	1,50	45	0,08	0	12,25
	хлеб		Хлеб пшен.	50	3,00	70,5	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты		Фрукт банан	100	13,50	96	1,12	0,38	15,75
Обед	закуска		Салат из белокоч. капусты с морк.	30	18,30	40,8	0,48	3,03	2,88
	1 блюдо		Суп картофельный с бобовыми	150	17,00	88,95	2,9	3,21	12,09
	2 блюдо		Макаронные изд. отварн. с маслом	110	14,45	106,28	3,01	0,36	15,5
	гарнир		Котлеты мясные	50	33,60	143	7,9	7,8	7,15
	сладкое		Компот из сухофруктов	150	4,85	82,5	0,34	0	20,25
	хлеб бел.		Хлеб пшен.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	10,02
	хлеб черн.								
Полдник			Булочка молочная	50	4,90	142	3,8	1,1	28,1
			Ряженка	150	9,90	75	3,35	3,75	7

Повар д/сад Габтр Габтрузлова И.Р

директор Мух Мухамадьяров