

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

2

День

19.02.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Маши утка, вырезка на масле	205	8,75	276,14	4,94	8,14	35,13
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,92	48,64	0,12	0	12,04
	хлеб		Хлеб пш.	60	3,60	150,00	4,44	1,36	30,84
Завтрак 2			сир	22	10,56	75,39	5,62	0,73	0,00
	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,7	0	9,8
Обед	закуска								
	1 блюдо		Маши-из свинки с чесноком	100	4,13	133,28	1,7	10,08	9,22
	2 блюдо		Суп картофель. с мах. уст.	250	10,98	111,25	2,3	2,15	18,8
	гарнир		Картофельное пюре	180	16,80	182,34	3,83	2,27	28,0
	сладкое		Компот или выжимка рубч.	100/5	25,0	114,28	13,77	2,56	9,03
	хлеб бел.		Хлеб из шпанапки	200	8,87	46,87	0,68	0	21,01
хлеб черн.			80	4,80	159,50	4,55	1,8	41,02	

гов, ем. Карф. Кануково
 суп. ик. Рубч. Мухомоговьев

