

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

1

День

16.03.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет мануранский	200	14,35	340,12	14,90	22,75	4,67
	гор.напиток		Чай с молоком	200	4,42	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пш	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
Обед	закуска		Салат морковный	100	6,83	132,0	1,1	10,01	9,1
	1 блюдо		Суп картофель. с бобовыми	250	13,54	98,79	2,34	3,89	13,61
	2 блюдо		Рис отварной	180	2,50	240,22	4,6	6,1	48,33
	гарнир		Квашен из квасушек	100/5	25,0	291,00	14,90	21,75	6,57
	сладкое		Сок мануранский	200	9,14	92,0	1,0	0,2	9,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
хлеб черн.									



гов, см

Наид

Найденкова Е. С.

Директор школы

Мухоморова С. В.