

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп

День 1 29.09.23

| Ием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| зтрак | гор.блюдо | | Винегр натуральный | 200 | 17,35 | 370,12 | 14,90 | 24,45 | 4,64 |
| | гор.напиток | | Чай с молоком | 200 | 4,42 | 65,60 | 2,10 | 1,92 | 9,98 |
| | хлеб | | Хлеб пш. | 80 | 4,80 | 189,50 | 4,95 | 1,8 | 41,02 |
| зтрак 2 | фрукты | | Фрукты св. | 100 | 13,50 | 45,09 | 0,9 | 0 | 9,8 |
| | закуска | | Салат шпробовый | 100 | 6,83 | 132,0 | 1,1 | 10,01 | 9,1 |
| ед | 1 блюдо | | Суп картофель. с картофелем | 250 | 13,54 | 98,49 | 2,31 | 3,89 | 13,61 |
| | 2 блюдо | | Пюре отварной | 180 | 8,50 | 280,22 | 4,6 | 6,1 | 48,33 |
| | гарнир | | Пюре из кабачков | 100/5 | 25,0 | 294,00 | 14,90 | 21,45 | 6,54 |
| | сладкое | | Сок | 200 | 9,14 | 92,0 | 1,0 | 0,2 | 0,2 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пш. | 80 | 4,80 | 189,50 | 4,95 | 1,8 | 41,02 |
| хлеб черн. | | | | | | | | | |

зав. см. Райф Райгурова
 директор Райф Райгурова Р.В.

