

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп _____ День № 26.01.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Людмила творч. паровой	200	20,0	362,0	20,9	16,3	33,0
	гор.напиток		Кефирный напиток с мякотью	200	9,52	49,0	3,2	2,4	15,9
	хлеб		Хлеб пш.	60	4,80	150,0	4,44	1,36	30,84
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	11,50	45,04	0,1	0	9,8
Обед	закуска		Салат морковный	100	6,83	126,80	1,14	10,08	10,38
	1 блюдо		Суп - мясной домашняя	250	11,0	109,38	2,45	4,89	13,91
	2 блюдо		Пармоторанье пюре	180	16,20	192,54	3,83	4,24	24,39
	гарнир		Помидоры свежие	100/5	35,0	151,88	9,38	9,54	4,05
	сладкое		Помидор из кураги	200	9,08	91,98	0,33	0	22,66
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,80	41,02
хлеб черн.									

зав. см. Раиф Раисович
 групп. рук.: Р. Мушарифович

