

старшая группа

7 День

6.12.23

Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП дет-ской сад		Отд./корп						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша манная с маслом и сахаром	180	35,70	203,6	4,4	9,5	29,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,90	54	0,09	0	13,59
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	18,48
Завтрак 2	фрукты								
			Йогурт	180	9,20	90	5,22	4,5	4,3
Обед	закуска		Салат овоще. капуста с морковью	60	16,65	81,6	0,96	4,06	6,76
	1 блюдо		Пюре картофельное с сметаной	180	34,20	46,5	1,4	3,1	12,2
	2 блюдо		Картофель по-французски	200	31,60	344,5	17,6	13,4	15,2
	гарнир								
	сладкое		Сос. фрукты с вареньем	180	8,22	78,2	0,8	0,13	14,9
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	50	3,00	84	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн.								

Полдник  
 Варенье с лимонной цедрой - 150 18,00 144,8 11,8 7,04 15,4  
 Чай с лимонным - 180 1,80 54,9 0,09 0 13,68



Автоматическая  
 Директор  
 Тоболъгская Ташт Тоболъгская И.Р.  
 Елена Николаевна Р.Б.