

Составная часть

День 7.12.23

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" С.П. Демидов С.С.Ф.

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка мясная с сыром	180	13,00	193,8	5,58	6,7	31,8
	гор.напиток		Чай с лимоном	180	1,50	54,9	0,09	0	14,7
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	72	2,3	0,2	14,8
Завтрак 2	фрукты		Банан	100	13,50	96	1,5	0,5	21
Обед	закуска		Салат витаминный	60	21,00	121,8	0,66	6,06	7,38
	1 блюдо		Суп - мясной с овощами	200	22,85	136,1	6,6	7,5	15,3
	2 блюдо		Картофель запеченный	200	24,05	270	12,7	12,4	8
	гарнир								
	сладкое		Компот из яблок с семенами	180	16,45	83	0,45	0,78	21,9
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	69,6	2,04	0,46	13,36
хлеб черн.									

Овощной салат
 Суп с мясом и овощами
 Картофель запеченный
 Компот из яблок с семенами
 Хлеб пшени.

150 13,00 121,2 6,7 10,4 3,9
 30 1,90 78,6 2,2 0,8 18,3
 200 13,20 100 4,3 3,7 7

Полдние



Товары с сайта *Табил* *Табил* *Табил*
 Руководитель *Степанов* *Степанов* *Степанов*