

смазанная гречка

д. День 24.12.23

Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" ^{г. Сыр}		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		180	22,20	218,7	6,6	6,7	33,85
	гор.напиток		180	1,50	37,8	1,56	2,61	0
	хлеб		40	2,40	7,1	1,28	0,24	11,46
Завтрак 2	фрукты		100	13,50	96	1,5	9,5	2,1
Обед	закуска		60	16,60	81,6	0,96	6,06	6,76
	1 блюдо		200	9,30	86,4	1,84	3,4	14,1
	2 блюдо		130	7,60	86,6	3,7	0,45	20,4
	гарнир		70	44,05	141,6	10,6	10,5	9,5
	сладкое		180	5,70	89	0,45	0	26,3
	хлеб бел.		40	2,40	69,6	2,64	0,46	13,36
	хлеб черн.							
Полдник	Фрукта малочная		60	5,90	140,4	5,7	1,3	35,7
	Джемная		200	13,20	100	5,22	4,5	7,2



Сторожкова Татьяна Александровна У.Р.
 Директор МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" г. Сыр

Handwritten notes and signatures at the bottom of the page.