старшая группа 15.09.2022 г.

ла МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад Отд./корп День 4

ем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша пшенная молочная вязкая	180	12,05	222	7,8	11,5	35,5
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	15,5
	хлеб		Хлеб пшен.	40	2,40	70,5	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты								
			Пепенка	180	11,80	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат из свежих помидоров	60	8,85	66	0,6	6,12	4,1
	1 блюдо		Суп картофельный с макар. изд.	200	7,60	181,5	10,06	9,88	15,12
	2 блюдо		Плов из отварной говядины	200	30,10	352	9,07	8,9	25,6
	гарнир								
	сладкое		Компот из апельсинов с яблоками	180	16,75	83	0,45	0,18	19,9
	хлеб бел.		Хлеб пшен.	40	2,40	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб черн.								
Полдник			Фрукт апельсин	100	18,50	32,3	0,6	0,15	6,07
			Блинчики	60	12,90	154,66	4,44	7,33	19,72
			Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	15,5

Повар д/сада Габт Габтушзянова И.Р

Директор [signature] / Мухамедьяров Р.В.