

школа № 7

12.09.23

7

День

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная ушеница чрсна	150	28,90	151,3	3,95	8,25	21,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,59
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	70,5	2,28	0,24	16,46
Завтрак 2	фрукты								
			Бюргер	150	7,65	75	3,0	3,37	5,4
Обед	закуска		Салат у белая капуста с морковью	40	11,10	54,4	0,72	4,5	6,3
	1 блюдо		Овощной суп домашний со сметан.	150	28,50	65,9	1,3	3,65	11,85
	2 блюдо		Жаркое под-домашнему	180	25,30	245,6	12,1	8,5	40,9
	гарнир								
	сладкое		Сыт. ореховый	150	6,85	46	0,5	0,1	11,1
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	13,02
	хлеб черн.								

Получено: Вареники с капустой и морковью 130 16,30 230,7 9,2 7,5 13,9
 Чай с сахаром 150 1,50 46,75 0,07 0 12,4



Стовар Г.А. Сабмухаметов А.Р.
 Директор Мукомарского Р.Р.