

медицинская диета

13.10.23

10 День

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" с. П. Джетеский сар

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп мясной с макар. суп.	150	17,60	90,8	4,75	3,95	17,23
	гор.напиток		Железный напиток с лимонад	150	6,70	59,25	2,4	2,03	13,9
	хлеб		Хлеб пшени.	50	3,00	70,5	2,28	0,24	16,46
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	150	9,90	75	3,9	3,37	5,4
	закуска		Салат овощной	30	10,60	39	0,39	3,24	3,04
Обед	1 блюдо		Свекольник со сметаной и морс	150	12,50	76,8	4,02	8,56	10,2
	2 блюдо		Желе с мяса кур	160	22,30	273,5	9,12	9,06	25,6
	гарнир		Картофель с сметаной	130	13,00	69,75	0,34	0,15	17,65
	сладкое		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	11,02
	хлеб бел.								
хлеб черн.									

Сырники из творога жаренные 130 26,75 115,8 7,2 5,5 10,3
 Чай с сахаром 150 2,35 45 0,08 0 11,25

Полужид



Товар из сада Табдил Табмунулова И.Р.
 Директор Рысханмуратов С.Р.