

медицинская диета

1 День

М.08.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" с п.г.т.Сыповский с/п

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Таташа картофельная рассыпчатая	130	19,15	168,5	4,4	7,2	34,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	45	0,08	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	47	1,56	0,16	9,84
Завтрак 2	фрукты		Кефир	150	7,65	75	4,35	3,75	6
Обед	закуска		Салат из овощей консервов	40	17,05	44	0,4	4,08	1,4
	1 блюдо		Мясц св.кнученка с картофелем	150	29,40	97,4	5,64	5,18	4,88
	2 блюдо		Мясное картофельное	110	16,90	101,2	2,3	4,8	1,2
	гарнир		Вода, тушеная всевозможная соуса	60	13,60	58,2	5,82	3,12	3,74
	сладкое		Свежесдобавый	150	20,55	76,8	0,7	0,2	16,8
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	40	2,64	0,46	14,36
	хлеб черн.								
				130	14,30	140	96	9,08	10,56
				150	1,75	45,45	0,045	0	11,4

Полужид

Закуска творожная

Чай с мятой



Подпись *g/caga* *Tadiml* Табушмузова У.Р.