

смазанная сметана

День 21.08.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" детского сада

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Закуска сметанная маковая мифа	180	22,20	218,7	6,6	6,7	33,85
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	37,8	1,56	2,61	0
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,46
Завтрак 2	фрукты		Фрукт банан	100	13,50	96	1,5	9,5	21
Обед	закуска		Салат из белок. бананов с морковью	60	16,60	81,6	0,96	6,06	6,76
	1 блюдо		Суп картофельный с брокколием	200	9,30	86,4	1,84	3,4	14,1
	2 блюдо		Макаронные изделия отв.маслами	130	7,60	96,6	3,7	9,45	29,4
	гарнир		Помидоры свежие	70	47,05	141,6	10,6	10,5	9,5
	сладкое		Ванилин и сахарозуфранов	180	5,70	99	0,45	0	20,3
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	69,6	2,64	9,46	13,36
	хлеб черн.								

Бульона маковая  
Телемуса

60 5,90 140,4 5,7 1,3 35,7  
200 13,20 100 5,22 4,5 4,2

Страница



Таблица учета питания

Таблицу ведет И.Р.