

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП "Здоровый шаг"

ОТД./корп

6

День

23.10.23

старшая группа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Творог фарш с мясной вкрутой	180	14,45	254	8,24	11,6	34,3
	гор.напиток		Творожный напиток	180	8,00	34,3	26,8	2,61	0
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	79	2,28	0,24	14,78
Завтрак 2	фрукты								
			Яблоко	180	21,90	90	5,22	4,5	7,3
Обед	закуска		Салат из овощей с кв. сметаной	60	9,45	53,4	9,9	3,3	7,04
	1 блюдо		Суп картофельный с курицей и макар.	200	18,30	118,3	4,42	5,98	5,64
	2 блюдо		Запеканка творожная	130	14,65	75,6	4,4	4,3	7,6
	гарнир		Картофель отварной	80	30,50	194,3	4,04	4,6	4,3
	сладкое		Варенье из смородины	180	5,70	99	0,45	0	25,3
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	69,6	2,64	0,40	13,26

Полдник

Чай с сахаром
Творог
Фрукты ассорти

180	1,50	54	0,09	0	15,5
40	10,00	166,8	3	3,9	35,7
100	14,50	35,2	0,3	0,3	7,3



Собор г.сага Табунд Табунгулеба и.р.
Директор П.М. Мухоморова и.р.