

старшая группа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Отд./корп

7

День

16.09.23

Трием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо		Тампа маковая с мясом и фруктами	180	35,40	203,6	4,7	9,5	29,6
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1,90	54	0,09	0	13,59
	хлеб		хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,48
автрак 2	фрукты			180	9,20	90	5,22	4,5	4,3
			Ягодный						
обед	закуска		Салат из овощей с майонезом	60	16,65	81,6	0,96	4,06	6,46
	1 блюдо		Пюре картофельное с сметаной	180	34,20	46,5	1,4	3,1	12,2
	2 блюдо		картофель по-домашнему	200	31,60	344,5	17,6	13,7	15,2
	гарнир								
	сладкое		Сок апельсиновый	180	8,22	78,2	0,8	0,13	14,9
	хлеб бел.		хлеб пшени.	50	3,00	84	3,3	0,6	16,7
хлеб черн.									

Полдник

Вареники с мясом и творогом 150 18,80 144,8 11,8 7,04 15,4

Чай с лимонным 180 1,80 54,9 0,09 0 13,68



Стовар Г.С. Садовникова И.В. Столбунова И.В.

Директор Р.С.