

школа № 1

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Отд./корп

9

День 28.09.23

школа № 1

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Отд./корп

9

День 28.09.23

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Хаша рисовая мякотная везет	150	18,40	190,85	4,71	8,84	29,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	14,5
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	44	1,52	0,16	9,84
Завтрак 2	фрукты								
			Ягодник	150	7,65	75	3,9	3,37	5,4
Обед	закуска								
	1 блюдо		Салат из св. помидоров и огурцов	110	14,85	25,6	0,4	2,3	3,62
	2 блюдо		Суп картофельный с мясом, фасоль	150	24,05	94,40	3,73	3,9	14,6
	гарнир		Ажу	160	32,10	244,4	12,19	12,60	16,55
	сладкое		Сос. фруктовое	150	20,55	69	0,5	0,1	19,1
хлеб бел.		Хлеб пшени.	10	0,60	52,2	1,32	0,24	7,68	
хлеб черн.									

Полдник

Макароны из св. отв. с соусом	110	20,50	68,7	0,95	5,05	18
Хлеб пшеничный	20	1,20	44	1,52	0,16	10,84
Чай с мятой	150	1,80	45,75	0,045	0	11,4



Столар 2 сара Таһир Таһир улыева А.Р

Директор

28.09.23