

сладкая цыма

1 День

4.09.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" с/п детского сада

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Татак кудуриная расквашеная	130	19,15	164,5	44	7,2	37,6
	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								
			Хлеб	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		Чай из св.клубники с варенье	150	29,40	97,4	5,67	5,18	4,78
	2 блюдо		Лаваш картофельное	110	16,90	101,2	2,3	4,8	12
	гарнир		Авва, тушеная в сметанном соусе	60	13,60	58,2	5,82	3,12	3,74
	сладкое		Сос. фрукты в сах.	150	20,55	76,8	0,7	0,2	16,8
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	70	2,64	0,46	14,36
	хлеб черн.								

Полдник	Заквашеная творожная	130	14,30	170	96	9,08		10,56
	Чай с мянником	150	1,75	45,75	0,075	0		11,4



Стовар Л.С. Сабмухамедов И.Р.  
 Директор Р.С. Мухамедов Р.С.