

старшая группа

10 День 23.09.22

Отд./корп

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Сыр мажарский с масл. сырными	200	18,75	146	5,7	5,2	22,9
	гор.напиток		Фруктовый напиток с медом	200	7,20	79	3,2	2,7	16,9
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,86
Завтрак 2	фрукты								
			Резинка	180	11,90	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат овощной	60	15,10	78	0,78	6,48	6,09
	1 блюдо		Свежий картофельный салат	200	14,30	134,2	4,18	4,3	18,8
	2 блюдо		Телевизор с мясом и овощами	200	24,50	341,9	12,1	12	32,8
	гарнир								
	сладкое		Напиток из апельсинов с медом	180	16,75	83	0,45	0,18	19,9
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	69,6	2,64	0,46	13,36
	хлеб черн.								

Сырники из творога замешаные 150 35,50 204,5 0,45 0,18 19,9
 Чай с сахаром 180 3,00 54 2,64 0,46 13,36

Получил



Табель
 Директор
 Табиль Табиль Табиль
 Мухоморова Р.В.