

сладкая фрукты

1 День 24.10.22

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша сушеная рассыпчатая	180	20,10	253,08	4,9	6,14	42,04
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	150	54	0,09	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	30	180	70,05	2,28	0,24	16,46
Завтрак 2	фрукты								
			Ягоды	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат из свежих овощей	60	18,85	66	0,6	4,12	4,1
	1 блюдо		Щи из св. капусты с картофелем	200	23,60	157,46	8,31	8,66	9,06
	2 блюдо		Тюфле картофельные	130	20,00	110,4	2,6	4,2	15,08
	гарнир		Льба, тушеная в сметанном соусе	80	18,10	77,6	4,76	3,16	3,32
	сладкое		Сок фруктовый	180	24,60	69	0,75	0,15	15,15
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	50	3,00	87	3,3	0,6	16,7

Полдник

Запеканка творожная
Чай с мятой

150 16,40 212,5 12 10,6 13,95
200 2,30 61 0,1 0 15,2



Товарный чек
Дир. МК. Пелле П. В. Мухоморова