

стфрейная фрукты

Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада		Отд./корп	1 День	26.09.22				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Мама гусиная рассольная	180	20,10	253,08	4,9	6,14	42,04
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	30	1,80	10,05	2,28	0,24	16,46
Завтрак 2	фрукты		Фрукты	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
	закуска		Салат из свежих овощей	60	18,85	66	0,6	4,12	4,1
Обед	1 блюдо		Щи со сметаной с картофелем	200	23,60	157,46	8,31	8,66	9,06
	2 блюдо		Тюфле картофельные	130	20,00	110,4	2,5	4,2	15,08
	гарнир		Лук, тушеная в сметанном соусе	80	18,10	74,6	4,76	3,16	3,32
	сладкое		Сок фруктовый	180	24,60	69	0,75	0,15	15,15
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	60	3,00	87	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн.								
Полдник			Закуска творожная	150	16,40	212,5	12	10,6	13,95
			Чай с медом	200	2,30	61	0,1	0	15,2



Собор 1/10/22
 Директор
 Тамар Статушевская 22.9
 Рязань 26.09.2022