

школа № 11

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Отд./корп

Цена

Выход, г

Блюдо

Раздел

№ рец.

Калорийность

Белки

Жиры

Углеводы

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Творог нежирный сладкий	130	18,60	163,55	5,6	5,61	21,74
	гор.напиток		Чай с сахаром	150	1,50	45	0,08	0	12,25
	хлеб		Хлеб пшени.	50	3,00	70,5	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты		Фрукты банан	100	13,50	96	1,12	0,38	15,45
Обед	закуска		Салат из овощей, капуста с морс.	30	18,30	40,8	0,48	3,03	1,88
	1 блюдо		Суп картофельный с кабачками	150	14,00	88,95	2,9	3,24	12,03
	2 блюдо		Макаронные из. отвар. с маслом	140	14,45	106,28	3,01	0,36	15,5
	гарнир		Потешки рисовые	50	33,60	143	7,9	4,8	7,15
	сладкое		Фруктовый суфлежеле	150	4,85	82,5	0,34	0	20,25
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	10,02
	хлеб черн.								
Итого:									
				50	4,90	142	3,8	4,1	28,1
				150	9,90	75	3,35	3,75	7

Булочка шоколадная

Полдник

Ванна

Ужин



Табель учета
Директор Р.Б. Мухаммадиев

С.Б. Мухаммадиев