

массажная группа

3 День

28.09.22

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

ОТД./корп

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Паша овсяная, персики + ваниль	150	17,05	164,02	5,73	7,52	23,04
	гор.напиток		Чай с сахаром	150	1,25	45	0,08	0	11,25
	хлеб		Хлеб пшени.	50	3	70,5	2,28	0,24	14,46
Завтрак 2	Фрукты		Яблоко	150	17,65	75	3,9	3,37	5,4
	закуска		Салат витаминный	30	18,00	41,4	0,33	3,03	3,18
Обед	1 блюдо		Борщ и свеклы с курицей и овощами	150	16,50	58,48	1,14	3,97	4,54
	2 блюдо		Пюре картофельное	110	19,50	186,57	4,57	4,18	19,8
	гарнир		Пюре из отварного мяса с соусом	60	43,50	148	10,3	11	2,1
	сладкое		Строганим и сыростручков	150	4,85	82,5	0,34	0	20,25
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	20	1,20	34,8	1,32	0,24	6,68
Полдник			Сгода обыкновенная	50	9,00	155,2	1,12	2,13	29,3
			Сок фруктовый	150	6,85	46	0,5	0,1	10,1



Иванова Г.А.
Директор

Табункина И.Р.
Музыкальный класс Р.В.