

медицинская служба

Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада		Отд./корп	05.09.2022		День	6		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо		Блины фарш с мясом	150		193,6	6,8	8	24,45
	гор.напиток		Сок фруктовый натуральный	180		71,1	26,8	2,4	14,3
	хлеб		Хлеб пшени.	20		47	1,5	0,10	9,84
завтрак 2	фрукты								
			Яблоко	150		45	3,9	3,37	5,4
Обед	закуска								
	1 блюдо		Салат из свеклы с квашеной капустой	40		35,6	0,6	2,2	3,36
	2 блюдо		Суп с овощами и курицей	150/10		42	13,5	5	8,7
	гарнир		Картофель отварной	60		145,7	12,1	7,8	0,34
	сладкое		Канюк с творогом	110		69,3	3,7	3,6	3,9
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	150		82,5	0,34	0	20,3
хлеб черн.			40		69,6	2,64	0,48	13,36	

Полдник	Печенье	30	125,9	2,25	2,9	24,3
	Булочки с маком	95	44	0,2	0,2	4,9
	Чай с сахаром	150	45	0,08	0	11,25

Лаваш  
Яблоко  
Яблоко  
Яблоко

Сабмухамедова И.Р.