

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад

Отд./корп

мл.гр.

День

18.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша рисовая молочная вязкая	180		251,00	5,60	8,60	35,30
	гор.напиток		Чай с сахаром	180		54,00	0,09	0,00	13,50
	хлеб		Хлеб пш.	40		70,50	2,28	0,24	16,76
Завтрак 2	фрукты		Кефир	180		90,00	5,22	4,50	7,20
Обед	закуска		Салат из свежих помидоров и огурцов	60		38,40	0,54	3,06	3,16
	1 блюдо		Суп картофельный с мясными фрикадельками	200		114,80	4,60	3,88	15,12
	2 блюдо		Азу	200		305,80	14,57	13,60	20,60
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый	180		78,20	0,80	0,17	17,10
	хлеб бел.		Хлеб пш.	30		52,20	1,98	0,36	13,02
	хлеб черн.								
Полдник			Макаронные изделия отварные с сыром	130		165,00	7,20	5,06	22,40
			Хлеб пш.	20		47,00	1,52	0,16	10,84
			Чай с лимоном	180		54,90	0,09	0,00	13,68