Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад	Отд./корп	мл.гр.					День	19.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп молочный с макаронными изделиями	150		90,80	4,75	3,95	17,23
	гор.напиток		Кофейный напиток с молоком	150		59,25	2,40	2,03	13,90
	хлеб		Хлеб пш.	50		70,50	2,28	0,24	16,76
Завтрак 2	фрукты		Ряженка	150		75,00	3,90	3,37	5,40
Обед	закуска		Салат овощной	30		39,00	0,39	3,24	3,04
	1 блюдо		Свекольник со сметаной	150		76,80	4,02	8,56	10,20
	2 блюдо		Плов из мяса куры	160		273,50	9,12	9,06	25,60
	гарнир								
	сладкое		Компот из апельсинов с яблоками	150		69,75	0,34	0,15	17,65
	хлеб бел.		Хлеб пш.	30		52,20	1,98	0,36	11,02
	хлеб черн.								
Полдник			Сырники из творога запеченные	130		115,80	7,20	5,50	10,30
			Чай с сахаром	150		45,00	0,08	0,00	11,25