

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад

Отд./корп

ст.гр.

День

08.02.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | | Каша пшенная молочная вязкая | 180 | | 222,00 | 7,80 | 11,50 | 35,50 |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 180 | | 54,00 | 0,09 | 0,00 | 15,50 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 40 | | 70,50 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | Ряженка | 180 | | 90,00 | 5,22 | 4,50 | 7,20 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Салат из свежих помидоров | 60 | | 66,00 | 0,60 | 6,12 | 4,10 |
| | 1 блюдо | | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | | 181,50 | 10,06 | 9,88 | 15,12 |
| | 2 блюдо | | Плов из отварной говядины | 200 | | 352,00 | 9,07 | 8,90 | 25,60 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | Компот из апельсинов с яблоками | 180 | | 83,00 | 0,45 | 0,18 | 19,60 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшеничный | 40 | | 70,50 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | | | Фрукт апельсин | 100 | | 32,30 | 0,60 | 0,15 | 6,07 |
| | | | Блинчики | 60 | | 154,66 | 4,44 | 7,33 | 19,72 |
| | | | Чай с сахаром | 180 | | 54,00 | 0,09 | 0,00 | 15,50 |