Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад	Отд./корп	ст.гр.	День	05.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша кукурузная	180		253,08	49,00	6,14	42,07
	гор.напиток		Чай с сахаром	180		54,00	0,09	0,00	13,50
	хлеб		Хлеб пш	30		70,05	2,28	0,24	16,76
Завтрак 2			Кефир	180		90,00	5,22	4,50	7,20
Обед	закуска		Салат из свежих помидоров	60		66,00	0,60	4,12	4,10
	1 блюдо		Щи из свежей капусты	200		157,46	8,31	8,66	9,06
	2 блюдо		Пюре картофельное	130		110,40	2,50	4,20	15,08
	гарнир		Рыба,тушенная в сметанном соусе	80		77,60	7,76	3,16	3,32
	сладкое		Сок фруктовый	180		69,00	0,75	0,15	15,15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50		87,00	3,30	0,60	16,70
Полдник			Запеканка творожная	150		212,50	12,00	10,60	13,95
	гор.напиток		Чай с лимоном	200		61,00	0,10	0,00	15,20