младшая группа

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад Отд./корп 7 День 04.04.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная из пшена и риса	150	28,90	151,3	3,95	8,25	21,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,59
	хлеб		Хлеб пшен.	20	1,20	70,5	2,28	0,24	16,76
Завтрак 2	фрукты								
			Яблоко	150	7,65	75	3,9	3,37	5,4
Обед	закуска		Салат из бел. капусты с морковью	40	11,10	54,4	0,72	4,5	6,3
	1 блюдо		Рассольник домашний со сметан.	150	28,50	65,9	1,3	3,65	11,85
	2 блюдо		жаркое по-домашнему	160	25,30	275,6	12,1	8,5	10,9
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый	150	6,85	46	0,5	0,1	11,1
	хлеб бел.		Хлеб пшен.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	13,02
	хлеб черн.								

Полдник	Вареники ленивые из творога	130	16,30	236,7	9,2	7,5	13,9
	Чай с молоком	150	1,50	46,75	0,07	0	12,4

Повар д/сада Гавт Гавтуллина И.Р