старшая группа

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" сп детский сад Отд./корп 10 День 07.04.23

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | Суп молочный с макар. изделиями | 200 | 18,75 | 146 | 5,7 | 5,2 | 22,9 |
| | гор.напиток | | Кофейный напиток с молоком | 200 | 7,20 | 79 | 3,2 | 2,7 | 16,9 |
| | хлеб | | Хлеб пшен. | 40 | 2,40 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | Ряженка | 180 | 11,90 | 90 | 5,22 | 4,5 | 7,2 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Салат овощной | 60 | 15,10 | 78 | 0,78 | 6,48 | 6,09 |
| | 1 блюдо | | Свекольник со сметаной и мясом | 200 | 14,30 | 134,2 | 7,18 | 7,3 | 12,8 |
| | 2 блюдо | | Плов из мяса куры | 200 | 24,50 | 341,9 | 12,1 | 12 | 32,8 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | | Компот из апельсинов с яблок. | 180 | 16,75 | 83 | 0,45 | 0,18 | 19,9 |
| | хлеб бел. | | Хлеб пшен. | 40 | 2,40 | 69,6 | 2,64 | 0,46 | 13,36 |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | Сырники из творога запеченные | 150 | 35,50 | 204,5 | 0,45 | 0,18 | 19,9 |
| Полдник | | | Чай с сахаром | 180 | 3,00 | 54 | 2,64 | 0,46 | 13,36 |

Повар д/сада Габт Габтулзянова И.Р