старшая группа

кола МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад Отд./корп 9 День 20.04.23

рием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
втрак	гор.блюдо		Каша рисовая молочная вязкая	180	21,90	251	5,6	8,6	35,3
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшен.	40	2,40	70,5	2,28	0,24	16,76
втрак 2	фрукты								
			Кефир	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
бед	закуска		Салат из св. помидоров и огурцов	60	19,55	38,4	0,54	3,06	3,16
	1 блюдо		Суп картофельный с мясн. фрик.	200	19,25	114,8	4,6	3,88	15,12
	2 блюдо		Азу	200	37,35	305,8	14,57	13,6	20,6
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый	180	24,60	78,2	0,8	0,17	17,1
	хлеб бел.		Хлеб пшен.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	13,02
	хлеб черн.								
			Макаронные изд. отварн. с сыром	130	13,80	165	7,2	5,06	22,4
полдник			Хлеб пшеничный	20	1,20	47	1,52	0,16	10,84
			Чай с лимоном	180	2,10	54,9	0,09	0	13,68

Повар д/сада Габт. Габтульзянова И.Р.

Дир. шк. Р.Мух. Мухамадьяров Р.В.