

старшая группа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад 7 День 240323

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тампа маюшая у пшея чрмеа	180	35,40	203,6	4,7	9,5	29,6
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1,90	54	0,09	0	13,59
	хлеб		хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,48
Завтрак 2	фрукты		Ягодник	180	9,20	90	5,22	4,5	4,3
	закуска		Салат у бениа. капуста с морковью	60	16,65	81,6	0,96	4,06	6,46
Обед	1 блюдо		Пассокавник дамидий со сметан	180	34,20	46,5	1,4	3,1	12,2
	2 блюдо		карое по дамидий	200	31,60	344,5	14,6	13,7	15,2
	гарнир								
	сладкое		сок фруктов	180	8,22	78,2	0,8	0,13	14,9
	хлеб бел.		хлеб пшени.	50	3,00	84	3,3	0,6	16,7
хлеб черн.									

Полдник  
 Вареники сметаные у творога 150 18,80 144,8 11,8 7,04 15,4  
 Чай с семсеном 180 1,80 54,9 0,09 0 13,68



Анна Степановна  
 Директор  
 МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"