

старшая группа

10 День

29.03.23

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

ОТД./корп

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Сыр творожный с масл. урешками	200	18,75	146	5,7	5,2	22,9
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	7,20	79	3,2	2,7	16,9
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,46
Завтрак 2	фрукты		Яблоки	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	4,18	4,3	12,8
	2 блюдо		Желе из мяса рыбы	200	24,50	341,9	12,1	12	32,8
	гарнир		Пюре из картофеля с маслом	180	16,75	83	0,45	0,18	19,9
	сладкое		Хлеб пшени.	40	2,40	69,6	2,64	0,46	13,36
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

Сырники из творога заменены 150 35,50 204,5 0,45 0,18 19,9  
 Чай с сахаром 180 3,00 54 2,64 0,46 13,36

Лагунина



Татьяна Лагунина  
 Директор  
 Мухоморова И.В.