

столовая чаша

1 День

30.03.23

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СПЗТМСКИЙ САД

Отд./корп

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо		Каша пшеничная рассыпчатая	180	20,10	253,08	4,9	6,14	42,04
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	30	1,80	70,05	2,28	0,24	16,16
автрак 2	фрукты								
			Сладости	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
обед	закуска		Салат из свежих овощей	60	18,85	66	0,6	4,12	4,1
	1 блюдо		Щи из св. капусты с картофелем	200	23,60	157,46	8,31	8,66	9,06
	2 блюдо		Суп из картофеля	130	20,00	110,4	2,5	4,2	15,08
	гарнир		Пюре картофельное	80	18,10	77,6	4,76	3,16	3,32
	сладкое		Фрукты, ягоды, витаминный сок	180	2,460	69	0,75	0,15	15,15
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	60	3,00	84	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн.								

Получено 150 16,40 212,5 12 10,6 13,95
 Закуска творожная
 Чай с молоком 200 2,30 61 0,1 0 15,2



Заведующий столовой
 Тарасова И.И.
 директор школы
 Мухоморова И.И.