

... ..

01.02.23

День

8

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" с П.дет.классом

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Хлеб с маслом, сметаной, вареньем	150	19,00	164,4	5,2	5,3	28,2
	гор.напиток		Чай с сахаром	100	1,30	45,85	0,085	0	12,4
	хлеб		Хлеб пшени	40	2,40	70,90	2,28	0,24	15,8
Завтрак 2	фрукты		Яблоки	100	13,50	96	1,5	0,5	21
Обед	закуска		Салат с помидорами	40	10,00	60,20	0,49	3,5	6,7
	1 блюдо		Суп - супчик говяжий с картошкой	180	29,60	66,6	4,9	5,7	9,4
	2 блюдо		Пюре картофельное	160	31,00	187,5	10,2	7,96	5,8
	гарнир								
	сладкое		Торт сметанно-шоколадный	150	13,00	69,7	0,34	0,15	16,6
хлеб бел.		Хлеб пшени	30	1,80	52,2	1,98	0,36	12,12	
хлеб черн.									

Пюре картофельное 180 12,00 106 11,2 15,4 3,4
 Суп картофельный 20 1,50 52,4 1,5 0,58 11,28
 Овсянка 150 9,90 75 4,35 3,75 7



Повар г/сова Тамар Яковлевна Ч.Р.
 Дир. и.к. Голыш Мухоморова Р.В.