

медицинская форма

1 День

103.23

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Таша куриная раскинутая	130	19,15	164,5	4,4	7,2	34,6
	гор.напиток		чай с сахаром	180	1,50	45	0,08	0	13,5
	хлеб		хлеб пшени.	20	1,20	47	1,56	0,16	9,84
Завтрак 2.	фрукты								
			Ягодки	160	7,65	75	4,35	3,75	6
Обед	закуска		Салат Цоветих нарезанная	40	17,05	44	0,9	4,08	1,4
	1 блюдо		Мяс. и св. капуста с картофелем	150	20,40	97,4	5,67	5,18	4,78
	2 блюдо		Пюре картофельное	110	16,90	101,2	2,3	4,8	1,2
	гарнир		Рыба, тушеная в сметанном соусе	60	13,60	58,2	5,82	3,12	3,74
	сладкое		Соус фруктовый	150	20,55	76,8	0,7	0,2	16,8
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	70	2,64	0,46	14,36

Поздний

Запеканка творожная  
Чай с молоком

130 14,30 170 96 9,08 10,56  
150 1,75 45,75 0,075 0 11,4



Директор  
Татьяна Александровна  
Мухоморова

Мухоморова Р.Б.