

старшая группа

7 День

01.11.22

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Тамта маюшая чумиеня чумеса	180	35,70	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
Обед	закуска		Салат чумеса. капуста с морковью	60	16,65	81,6	0,96	4,06	6,46
	1 блюдо		Пассоветник гаришней со сметан	180	34,20	46,5	1,4	3,1	12,2
	2 блюдо		каркас по гаришней	200	31,60	344,5	17,6	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	87	3,3	0,6	16,7	
хлеб черн.									

Полдник

Вареники сенивые у твора

Чай с сениками

18,80

150

174,8

11,8

7,04

15,4

1,80

180

54,9

0,09

0

13,68



Получено 9/сере Тамта Таммуриева
 Дир. МК. Толды Р.В. Мухоморова