

Старшая группа

9 День

1.12.22

| МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП Детский сад | | Отд./корп | | Цена | | Калорийность | | Белки | | Жиры | | Углеводы | |
|---|-------------|-----------|----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|------|--|----------|--|
| Трием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| автрак | гор.блюдо | | Жюльен мясная вырезка | 180 | 21,90 | 251 | 5,6 | 8,6 | 35,3 | | | | |
| | гор.напиток | | Чай с сахаром | 180 | 1,50 | 54 | 0,09 | 0 | 13,5 | | | | |
| | хлеб | | Хлеб пшени. | 40 | 2,40 | 70,5 | 2,28 | 0,24 | 16,46 | | | | |
| автрак 2 | фрукты | | Фрукты | 180 | 9,20 | 90 | 5,22 | 4,5 | 7,2 | | | | |
| | закуска | | Салат из св. помидоров и огурцов | 60 | 19,55 | 38,4 | 0,54 | 3,06 | 3,10 | | | | |
| Обед | 1 блюдо | | Суп картофельный с мясн. фарш. | 200 | 19,25 | 114,8 | 4,6 | 3,88 | 15,12 | | | | |
| | 2 блюдо | | Кшу | 200 | 37,35 | 305,8 | 14,57 | 13,6 | 20,6 | | | | |
| | гарнир | | Сос. картофельный | 180 | 24,60 | 78,2 | 0,8 | 0,17 | 17,1 | | | | |
| | сладкое | | Хлеб пшени. | 30 | 1,80 | 52,2 | 1,98 | 0,36 | 13,02 | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | | | | | |

Макароны из твердого сорта 180 13,80 165 7,2 5,06 22,4
 Хлеб пшеничный 20 1,20 47 1,52 0,16 10,84
 Чай с мятой 180 2,10 54,9 0,09 0 13,68

