

11.11.22

мешковат фрукты

День 5

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада Отд./корп

тем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
трак	гор.блюдо		Сыр. мясной с соусом урешия	180	29,10	112,7	4,13	4,4	19,08
	гор.напиток		Вареное с мясом	150	6,05	139,5	3,35	3,3	24,48
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	44	1,52	0,16	9,84
трак 2	фрукты		Черника	150	4,65	75	3,9	3,37	5,4
	закуска		Салат овощной	40	10,10	52	0,52	4,32	4,42
ед	1 блюдо		Суп картофельный с грибами	150	19,50	86,1	5,9	2,9	10,1
	2 блюдо		Тушеное говяжье	110	17,90	139,7	9,4	1,2	23,2
	гарнир		Соус сметанный	50	22,50	115	5,2	8,5	0,5
	сладкое		Свее фруктовое	150	29,55	46	0,5	0,1	11,1
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	52,2	1,98	0,36	10,02

Закуска у второго 130 14,30 170 9,6 4,1 10,6
 Чай с мятой 150 2,10 457,5 0,07 0 11,4

Таблица



Собор г/сора Табл Табульнически
 Дир. и.к. Р.Мур / Р.В. Мухоморова