

медицинская диета

7 День

18.10.22

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад

Отд./корп

школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо		Чай с молоком утренняя чашка	150	28,90	151,3	3,95	8,25	21,8
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	57	0,09	0	13,59
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	70,5	2,28	0,24	16,76
автрак 2	фрукты		Йогурт	150	7,65	75	3,9	3,37	5,4
обед	закуска		Салат из овощей. Баночки сметановые	40	11,10	54,4	0,72	4,5	6,3
	1 блюдо		Овощное рагу домашнее со сметаной.	150	28,50	65,9	1,3	3,65	11,85
	2 блюдо		Жаркое под-домашнему	160	25,30	275,6	12,1	8,5	40,9
	гарнир			150	6,85	46	0,5	0,1	11,1
	сладкое		Сыр творожный	30	1,80	52,2	1,98	0,36	13,02
	хлеб бел.		Хлеб пшени.						

Получил

Варенки семинье у творага

Чай с молоком

26,30

130

230,7

9,2

7,5

13,9

46,75

150

9,07

0

12,4



Подпись / Подпись

Иванова Мария Сергеевна

Иванова Мария Сергеевна