

соединяет фрукты

8 02.11.22

День

8

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		Хлебосырная сырная каша	150	19,00	164,4	5,2	5,3	24,2
	гор.напиток		Чай с лимоном	160	1,30	45,75	0,045	0	12,4
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	70,50	2,28	0,24	15,8
Завтрак 2	фрукты		Банан	100	13,50	96	1,5	0,5	21
	закуска		Салат витаминный	40	10,00	65,20	0,49	3,5	6,7
	1 блюдо		Суп - каша гречневая с рыбой	180	29,60	66,6	4,9	5,7	9,4
Обед	2 блюдо		Пюре картофельное	160	31,00	187,5	10,2	7,96	5,8
	гарнир								
	сладкое		Компот из фруктов с сахаром	150	13,00	69,7	0,34	0,15	16,6
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	12,04
	хлеб черн.								

Получила

Ольга Константиновна
Батман Надежда
Венесика

120 12,00 106 11,2 15,4 3,4
20 1,50 52,4 1,6 0,58 11,28
150 9,90 75 4,35 3,75 7



Стефанова Татьяна Александровна
Дир. шк. Пеллер Р.В. Школьный врач