

столовая карта

1 День 20.02.23

Имя	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детский сад	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо		Чаша сушеная рассыпчатая	180	253,08	4,9	6,14	42,07
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	54	0,09	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	30	70,05	2,28	0,24	16,76
автрак 2	фрукты		Ягоды	180	90	5,22	4,5	7,2
обед	закуска		Салат из свежих овощей	60	66	0,6	4,12	4,1
	1 блюдо		Щи из св. капусты с картофелем	200	157,46	8,31	8,66	2,06
	2 блюдо		Суп из картофеля	130	110,4	2,5	4,2	15,08
	гарнир		Овощи отварные	80	77,6	4,76	3,16	3,32
	сладкое		Ягода, пюре из вареной свеклы	180	69	0,75	0,15	15,15
	хлеб бел.		Свежий хлеб	60	87	3,3	0,6	16,7
	хлеб черн.		Хлеб пшени.					

Закуска творожная
Чай с лимоном

150 16,40 212,5 12 10,6 13,95
200 2,30 61 0,1 0 15,2

Полдник



Товар общего пользования
И.О. директора МКОУ Сыповский Д.М.