

Старшая сестра

9 День 20.10.22

Цола

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Жюльен маюная выдал	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	16,76
Завтрак 2	фрукты		Фрукты	180	9,20	90	5,22	4,5	7,2
Обед	закуска		Салат из св. помидоров и огурцов	60	19,55	38,4	0,54	3,06	3,16
	1 блюдо		Суп картофельный с мясом, зелень	200	19,25	114,8	4,6	3,88	16,12
	2 блюдо		Кшу	200	37,35	305,8	14,57	13,6	20,6
	гарнир								
	сладкое		Сек фруктовое	180	24,60	78,2	0,8	0,17	17,1
	хлеб бел.		хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	13,02
	хлеб черн.								

Макароны из твёрдого 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



Табал Г/сапа
 Рафисов Р.Кур
 Табалиева Ч.Р.
 Мунамагзаева Р.Б.