

медицинская диета

№ День 20.12.22

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП детского сада

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Творожная запеканка	130	18,60	163,55	5,6	5,61	21,74
	гор.напиток		Чай с сахаром	150	1,50	45	0,08	0	12,25
	хлеб		Хлеб пшени.	50	3,00	70,5	2,28	0,24	14,76
Завтрак 2	фрукты		Фрукт банан	100	13,50	96	1,12	0,38	15,75
Обед	закуска		Салат из белокоч. капусты с морс.	30	18,30	40,8	0,48	2,03	2,88
	1 блюдо		Суп картофельный с кабачком	150	17,00	88,95	2,9	3,21	12,09
	2 блюдо		Макароны с фарш. с маслом	110	14,15	106,28	3,01	0,36	15,5
	гарнир		Помидоры свежие	50	33,60	143	7,0	4,8	7,15
	сладкое		Ванилин и сахар/фруктоз	150	4,85	82,5	0,34	0	20,25
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	30	1,80	52,2	1,98	0,36	10,02
	хлеб черн.								
Столовая			Булочка сладкая	50	4,90	142	3,8	1,1	28,1
			Резинка	150	9,90	75	3,35	3,75	7



Товар г/сага Тобол Раб мукузюмова И.Р  
 Директор Ркуз Мукашарова Г.В.