

сладкая черна

3 День - 21.12.22

Школа	МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СПДТМСХИ САФ		ОТД./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г				
завтрак	гор.блюдо		Тягана овсяная, зеруе "булсаи"	100	17,05	5,73	7,52	23,04
	гор.напиток		Чай с сахаром	150	1,25	0,08	0	11,25
	хлеб		Хлеб пшени.	50	3	2,28	0,24	14,46
завтрак 2	фрукты							
			Ягодки	150	17,65	3,9	3,37	5,4
Обед	закуска		Салат витаминный	30	18,00	0,33	3,03	3,18
	1 блюдо		Бульон с свеклой капуста-ошкетан.	150	16,50	1,14	3,97	4,54
	2 блюдо		Пюре картофельное	110	19,50	4,57	4,18	19,8
	гарнир		Пюре из картофеля	60	43,50	10,3	11	2,1
	сладкое		Стоптан с сыростутов	150	4,85	0,34	0	20,25
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	20	1,20	1,32	0,24	6,68
	хлеб черн.							

срота обновленная  
 все фрукты  
 50 9,00 155,2 4,2 2,3 29,3  
 150 6,85 46 0,5 0,1 10,1



Товар г/сера таблм Татмузилова Ч.Р.  
 Директор Рязе Мухаммадсалиф Р.В.