

младшая группа

1 День

8.11.22

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" с/п детского сада

Жола

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо		Тамиз куриная рассыпчатая	130	19,15	164,5	4,4	7,2	34,6
	гор.напиток		Чай с сахаром	180	1,50	45	0,08	0	13,5
	хлеб		Хлеб пшени.	20	1,20	47	1,56	0,16	9,84
автрак 2	фрукты		Ягоды	150	4,65	75	4,35	3,75	6
обед	закуска		Салат из свежих помидоров	40	17,05	44	0,4	4,08	1,4
	1 блюдо		Мяс и св. капуста с картофелем	150	29,40	37,4	5,67	5,18	4,88
	2 блюдо		Пюре картофельное	110	16,90	101,2	2,3	4,8	12
	гарнир		Рис, тушеный с овощами соуса	60	13,60	58,2	5,82	3,12	3,74
	сладкое		Сок фруктовый	150	20,55	76,8	0,7	0,2	16,8
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	70	2,64	0,46	14,36

Закуска творожная

130

14,30

170

96

9,08

10,56

Чай с молоком

150

1,75

45,45

0,045

0

11,4



гип. мик. Дильк / Р.В. Мухоморова

Людмила Сергеевна Тарасова