

Старшая группа

6 День 28.11.22

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" СП ДОТОВСКИЙ САР Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Творог с фруктами	180	14,45	254	8,24	11,6	34,3
	гор.напиток		Тарелочный салат	180	8,00	34,3	26,8	2,61	0
	хлеб		Хлеб пшени.	40	2,40	71	2,28	0,24	14,78
Завтрак 2	фрукты			180	11,90	90	5,22	4,5	7,3
			Яблоко						
Обед	закуска		Салат из овощей с раст. маслом	60	9,45	53,4	9,9	3,3	7,04
	1 блюдо		Суп овощной с курицей и грибами	200	18,30	118,3	4,42	5,98	5,64
	2 блюдо		Картофель тушеный	130	14,65	75,6	4,4	4,3	7,6
	гарнир		Картофель отварной	80	30,50	194,3	4,04	4,6	4,3
	сладкое		Ванилин с сахаром	80	5,40	99	0,45	0	25,3
	хлеб бел.		Хлеб пшени.	40	2,40	69,6	2,64	0,40	13,36

Чай с сахаром	180	1,50	54	0,09	0	15,5
Телевизор	40	10,00	166,8	3	3,9	35,4
Фрукты ассорти	100	14,50	35,2	0,3	0,3	4,3



Подпись / Итого / Цена / Калорийность / Белки / Жиры / Углеводы  
 г.н.н.к. Полуп / Р.В. Мухоморова