

7.08.23

3 День

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
рием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г					
втрак	гор.блюдо		Таша рибовая молочная	205	8,0	210,13	5,19	6,62	22,51
	гор.напиток		Чай с молоком	200	4,42	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,80	41,02
втрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
	закуска		Салат картоф. с кв. сметан.	100	6,48	154,00	3,04	11,38	10,76
бед	1 блюдо		Зеленый салат с картоф.	250	15,50	111,11	1,90	6,66	10,81
	2 блюдо		Макаронный отв.	180	6,40	253,31	6,6	6,35	42,39
	гарнир		Морковь из кваш. капусты	100/5	22,0	280,44	17,13	19,73	11,65
	сладкое		Сок мантураинский	200	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	189,50	4,95	1,8	41,02
	хлеб черн.								



зав.от. Чай Кайгородок  
 дир. шк. Болдыс Мухаммадиев

*[Faint handwritten notes at the bottom of the page]*