

13.08.23

1 День

Отд./корп

Школа		МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"		Отд./корп		13.08.23			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет мануранский	200	14,35	340,12	14,90	22,75	7,67
	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	1,8	41,02
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
	закуска		Салат морковный	100	6,83	132,0	1,1	10,01	9,1
Обед	1 блюдо		Суп кареф. с бабовише	250	13,54	98,79	2,34	3,29	13,61
	2 блюдо		Рис отварной	180	8,50	240,22	4,6	6,1	48,33
	гарнир		Квашен ш квасиков	100/5	25,0	281,00	14,90	21,75	6,54
	следкое		Сок абрикотовый	200	9,14	92,0	1,0	0,2	9,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
хлеб черн.									

гав. см. Гаит Кайяроло
гир. шк. Гелли Мухаммадиров

