

13.09.22

9

День

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо		Паштет говяжий из печени	205	12,30	204,38	6,33	8,90	25,49
	гор.напиток		Чай с лимоном	200	4,42	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пш.	60	4,80	150,0	4,44	1,36	30,84
завтрак 2	фрукты		Фрукты свежие	100	14,50	45,04	0,4	0	9,80
Обед	закуска		Салат из свежих овощей	100	4,95	133,28	1,4	10,08	9,22
	1 блюдо		Суп из овощей	250	10,45	115,24	1,93	5,86	12,59
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,20	192,54	3,83	4,27	24,93
	гарнир		Пюре из картофеля	100/5	25,0	144,28	13,44	2,56	9,03
	сладкое		Сок натуральный	200	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
хлеб черн.									

Зав. шк. Кошк. Майжарова Ч.Т.
 Зав. к. Шк. Мухоморова Р.Б.

