

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

Цена

Калорийность

Белки

Жиры

Углеводы

День 9

15.12.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Вареная фасоль из термуса	105	12,30	204,38	6,33	8,50	25,49
	гор.напиток		Чай с молоком	200	4,12	65,60	2,10	1,92	4,98
	хлеб		Хлеб пше.	60	4,80	150,0	4,44	1,36	30,89
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	14,50	45,04	0,4	0	9,80
Обед	закуска		Салат из свеклы с чесноком	100	7,95	133,28	1,9	10,08	9,22
	1 блюдо		Суп с овощей	250	10,45	115,24	1,93	5,86	12,59
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,20	192,54	3,83	4,24	24,99
	гарнир		Компот из смородины	100/5	25,0	114,28	13,44	2,56	9,03
	сладкое		Сок мануранцы	200	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пше.	80	4,80	139,50	4,95	1,8	41,02
	хлеб черн.								

губ.ем. Чай из газопровода



Дир. ИК Голыш П.В. Мухоморов