

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

День

18.11.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Паша овсяная из геркулеса	205	12,30	207,38	6,33	8,50	25,79
	гор.напиток		Чай с молоком	200	4,42	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пш.	60	1,80	150,0	4,44	1,36	30,84
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	1,4	10,08	9,22
	1 блюдо		Суп со св. овощами	250	10,45	145,24	1,93	5,86	12,59
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,20	192,54	3,83	4,24	24,99
	гарнир		Компот из вишней руб. 100/5	200	25,0	114,28	13,44	2,56	9,03
	сладкое		Сок мануранский	200	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	189,50	4,95	1,8	44,02
	хлеб черн.								



Зав. отд. Ковалевская
 директор школы / П. В. Мухоморова