

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп. 1 День 18.05.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет мануранский	200	14,35	340,12	17,90	27,75	4,67
	гор.напиток		Чай с молоком	200	9,42	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пше	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,09	0,4	0	9,8
Обед	закуска		Салат шерновский	100	6,83	132,0	1,1	10,01	9,1
	1 блюдо		Суп картоф. с говяжьим	250	13,59	98,49	2,34	3,89	13,61
	2 блюдо		Рис отварной	180	8,50	270,22	4,6	6,1	48,33
	гарнир		Квашен ш. квашеная	100/5	25,0	291,00	17,90	21,75	6,57
	сладкое		Сок абрикосовый	200	9,14	92,0	1,0	0,2	9,2
	хлеб бел.		Хлеб пше	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
хлеб черн.									

