Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 1 День 19.12.22

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | Омлет натуральный | 200 | 14,35 | 340,12 | 17,90 | 27,75 | 4,67 |
| | 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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | Салат морковный | 100 | 6,83 | 132,0 | 1,1 | 10,01 | 9,1 |
| | 1 блюдо | | Суп картоф. с бобовыми | 250 | 13,54 | 98,79 | 2,34 | 3,89 | 13,61 |
| | 2 блюдо | | Рис отварной | 180 | 8,50 | 270,22 | 4,6 | 6,1 | 48,33 |
| | гарнир | | Кнели из говядины | 100/5 | 25,0 | 291,00 | 17,90 | 21,45 | 6,57 |
| | 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 ст. Хайд Хайдарова

директор 1мус Мухамадьяров Р.В.