

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

День

10

2.12.22

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо                       | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|----------|-----------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |          | Творожная пшенная           | 205      | 9,40   | 224,16       | 6,04  | 4,24  | 34,29    |
|            | гор.напиток |          | Творог с молоком            | 200      | 5,39   | 185,41       | 4,85  | 5,04  | 25,0     |
|            | хлеб        |          | Хлеб пш.                    | 60       | 3,60   | 150,00       | 4,44  | 1,36  | 30,84    |
| Завтрак 2  | фрукты      |          | Фрукты св.                  | 100      | 13,50  | 45,04        | 0,4   | 0     | 9,8      |
|            |             |          |                             |          |        |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |          | Салат из свежих овощей.     | 100      | 4,65   | 89,0         | 1,5   | 5,5   | 8,4      |
|            | 1 блюдо     |          | Щи из св. капусты с карто.  | 250      | 9,10   | 104,83       | 1,09  | 6,33  | 10,64    |
|            | 2 блюдо     |          | Мякнотом отл.               | 180      | 6,40   | 253,31       | 6,6   | 6,35  | 42,39    |
|            | гарнир      |          | Картофельки из тов. картоф. | 100/5    | 43,20  | 184,0        | 14,20 | 13,26 | 6,8      |
|            | сладкое     |          | Сок мануфактурный           | 200      | 9,14   | 92,0         | 1,0   | 0,2   | 0,2      |
| хлеб бел.  |             | Хлеб пш. | 80                          | 4,80     | 199,50 | 4,95         | 1,80  | 41,02 |          |
| хлеб черн. |             |          |                             |          |        |              |       |       |          |



Зав. см. Зав - Клейменов

Зав. инк. Зав - П.В. Мухоморова