Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 3 День 20.03.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо		Каша рисовая молочная	205	8,0	210,13	5,14	6,62	32,61
	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	1,80	41,02
автрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
Обед	закуска		Салат картоф. с зел. горош.	100	6,48	157,00	3,04	11,38	10,76
	1 блюдо		Борщ с капусты и картоф	250	15,50	111,11	1,90	6,66	10,81
	2 блюдо		Макароны отв.	180	6,40	253,31	6,6	6,35	42,39
	гарнир		Тефтели из говяд. паровые	100/5	22,0	290,44	17,13	19,73	11,65
	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. Хай Хайдарова

директор РМуд Мухамадьяров