

02

13.10.23

9

День

Отд./корп

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо		Омлет картофельный	200	17,35	340,12	14,90	24,75	4,64
	гор.напиток		Чай с шоколадом	200	7,42	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	0,9	0	9,8
Обед	закуска		Салат морковный	100	6,83	132,0	1,1	10,01	9,1
	1 блюдо		Суп картофель. с бебешным	250	13,54	98,79	2,37	3,89	13,67
	2 блюдо		Рис отварной	180	8,50	280,22	4,6	6,1	48,33
	гарнир		Квашен. капуста	100/5	25,0	281,00	14,90	21,75	6,54
	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	1,8	41,02
хлеб черн.									



зав. см. Райт Райзгарова Ч. Т.  
 гур. мст. Редип Мухаммадгаров Р. В.