Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 5-9кл День 13.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		запеканка из творога	200		342,23	29,22	25,20	29,10
	гор.напиток		какао с молоком	200		153,92	3,77	3,93	25,95
	хлеб		хлеб пшеничный	60		150,00	4,44	1,36	30,84
Завтрак 2	фрукты		фрукты	100		45,04	0,40	0,00	9,80
Обед	закуска		винегрет овощной	100		129,26	1,26	10,14	8,32
	1 блюдо		рассольник домашний	250		149,60	5,03	11,30	32,28
	2 блюдо		каша гречневая рассып.	180		316,57	10,47	6,52	54,00
	гарнир		фрикадельки из говядины	100\5		204,54	14,20	13,26	7,08
	сладкое		Компот из кураги	200		91,98	0,33	0,00	22,66
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	80		199,50	4,95	1,80	41,02
	хлеб черн.								