

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп. 10 День 14.09.23

рием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
звтрак	гор.блюдо		Паша молочная пышная	205	9,40	224,16	6,04	4,27	34,29
	гор.напиток		Чай 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
звтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
	закуска		Салат из свежих овощей.	100	4,65	89,0	1,5	5,5	8,4
бед	1 блюдо		Щи из св. капусты с карто.	250	9,10	104,83	2,08	6,33	10,64
	2 блюдо		Мясной суп.	180	6,10	253,31	6,6	6,35	42,39
	гарнир		Приготовленные из св. карто.	100/5	43,20	184,0	14,20	13,26	6,8
	сладкое		Сок мануранский	200	9,14	92,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,80	41,04
хлеб черн.									

губ. ин. Район Кануаровс Ч. С.
 гур. ин. Район Мухомаровс Р. В.
