

Школа

МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"

Отд./корп

4

День

18.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка из творога	200	50,0	372, 23	29,22	25,20	29,10
	гор.напиток		Чай с молоком	200	5,39	153, 92	3,47	3,93	25,95
	хлеб		Хлеб пш.	60	7,80	150, 00	4,47	1,35	30,84
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	19,50	45,04	0,9	0	9,80
Обед	закуска		Сметан-овощной	100	15,0	129, 26	4,26	10,14	8,82
	1 блюдо		Пассатами домашней	250	16,38	149, 60	5,03	11,30	32,28
	2 блюдо		Паша гречн. рассып.	180	12,50	316, 57	10,47	6,52	54,0
	гарнир		Картофель из гов. паров.	100/5	37,80	204, 54	14,20	13,26	7,08
	сладкое		Чайот из кураги	200	9,08	91, 98	0,33	0	22,66
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199, 50	4,95	1,8	47,02
	хлеб черн.								

зав. см. Райт  
 дир. мк. Беллер



Капустова И.С.  
 Мукамагагаров Р.В.