Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 4 День 20.09.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка из творога	200	50,0	342,23	29,22	25,20	29,10
	гор.напиток		Какао с молоком	200	5,39	153,92	3,47	3,93	25,95
	хлеб		Хлеб пш.	60	4,80	150,00	4,44	1,36	30,84
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	14,50	45,04	0,4	0	9,80
Обед	закуска		Винегрет овощной	100	15,0	129,26	1,26	10,14	8,32
	1 блюдо		Рассольник домашний	250	16,38	149,60	5,03	11,30	32,28
	2 блюдо		Каша греч. рассып.	180	12,50	316,57	10,47	6,52	54,0
	гарнир		Фрикадельки из гов. паров.	100/5	37,80	204,54	14,20	13,26	7,08
	сладкое		Компот из кураги	200	3,08	91,98	0,33	0	22,66
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
	хлеб черн.								

зав.ст. Хайдарова
дир.шк. Мухамадьяров