Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 5 День 21.09.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша дружба	205	4,59	241,11	6,55	8,33	35,09
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,92	48,64	0,12	0	12,09
	хлеб		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	14,50	45,04	0,4	0	9,80
Обед	закуска		Салат из белок. капусты с морк.	100	7,52	70,02	0,84	5,06	5,32
	1 блюдо		Суп карт. с мясн. фрикад.	250/25	22,0	175,10	9,76	6,82	19,01
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,20	192,55	3,83	7,27	28,0
	гарнир		Рыба жареная	100/5	26,65	154,0	13,57	11,67	3,49
	сладкое		Сок натуральный	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.ст. Хайр Хайдарова

дир.шк. РМур Мухамадеяров