Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 5-9кл День 21.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша пшенная мол.	205		227,16	6,04	7,27	34,29
	гор.напиток		какао	200		195,71	4,85	5,04	25,00
	хлеб		хлеб пш.	60		150,00	4,44	1,36	30,84
Завтрак 2	фрукты		фрукты свежие	100		45,04	0,40	0,00	9,80
Обед	закуска		салат из свеклы отварной	100		89,00	1,50	5,50	8,40
	1 блюдо		щи из св. капусты с карт.	250		107,83	2,09	6,33	10,64
	2 блюдо		макароны отв.	180		253,31	6,60	6,35	42,39
	гарнир		фрикадельки из гов. паров.	100\5		197,00	14,20	13,26	6,80
	сладкое		сок натуральный	200		92,00	1,00	0,20	0,20
	хлеб бел.		хлеб пш.	80		199,50	4,95	1,80	41,02
	хлеб черн.								