Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 5-9кл День 22.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		каша рисовая мол.	205		210,13	5,14	6,62	32,61
	гор.напиток		чай с молоком	200		65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		хлеб	80		199,50	4,95	1,80	41,02
Завтрак 2	фрукты		фрукты	100		45,04	0,40	0,00	9,80
Обед	закуска		салат картофельный с зеленым горошком	100		157,00	3,04	11,38	10,76
	1 блюдо		борщ с капусты и картофелем	250		111,11	1,90	6,66	10,81
	2 блюдо		макароны отварные	180		253,31	6,60	6,35	42,39
	гарнир		тефтели из говядины паров.	100		290,44	17,13	19,73	11,65
	сладкое		сок натуральный	200		92,00	1,00	0,20	0,20
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	80		199,50	4,95	1,80	41,02
	хлеб черн.								