

Школа		МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ"			Отд./корп	4		День	20.02.23
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Омлет с сыром	210	15,0	391,25	21,99	31,8	3,95
	гор.напиток		Чай с молоком	100	9,76	65,60	2,10	1,92	9,98
	хлеб		Хлеб пш.	60	3,60	150,0	9,44	1,36	30,84
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,9	0	9,8
Обед	закуска		Салат овощной с заливкой	100	6,48	111	2,8	8,1	9,1
	1 блюдо		Рассольник сельдерейный	250	10,28	121,25	5,03	11,30	12,38
	2 блюдо		Пюре картофельное	180	21,25	156,89	7,72	5,81	24,21
	гарнир		Помидоры, морковь микс.	100/5	25,0	286,0	17,8	15,4	14,3
	сладкое		Сок мануранский	100	9,14	36,0	1,0	0,2	0,2
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	24,5	1,8	41,02
	хлеб черн.								

заб. ем. Карф
 груп. ук. Солуп
 как правило
 омукаматаров



Составлен по меню
 составлен по меню