

Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 22.11.22 День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Таша чик, бекряк на масле	205	8,75	216,14	4,99	8,24	35,13
	гор.напиток		Чай с сахаром	200	1,92	48,64	0,16	0	12,09
	хлеб		Хлеб пш.	60	3,60	150,00	4,44	1,36	30,89
			сир	22	10,56	75,39	5,62	5,73	0,00
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,7	0	9,8
Обед	закуска		Салат из свеклы с чесноком	100	4,13	133,28	1,4	10,08	9,22
	1 блюдо		Суп картофель. с мах. уст.	250	10,98	111,25	2,7	2,85	18,8
	2 блюдо		Картофельное пюре	180	16,80	192,54	3,83	7,27	28,0
	гарнир		Потешта или варенки рубч.	100/5	25,0	114,28	13,77	2,56	9,03
	сладкое		Паншток из шиповника	200	8,87	46,87	0,68	0	21,01
	хлеб бел.		Хлеб пш.	80	4,80	199,50	4,95	1,8	41,02
	хлеб черн.								

г. Сырва. ул. Каф. Каюдарова
 г. Сырва. ул. П.В. Мухоморова