Школа МКОУ "Нижне-Сыповская ООШ" Отд./корп 10 День 26.10.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная пшенная	205	9,70	227,16	6,04	7,27	34,29
	гор.напиток		Какао с молоком	200	5,39	195,71	4,85	5,04	25,0
	хлеб		Хлеб пш.	60	3,60	150,00	4,44	1,36	30,84
Завтрак 2	фрукты		Фрукты св.	100	13,50	45,04	0,4	0	9,8
Обед	закуска		Салат из свеклы отварн.	100	7,65	89,0	1,5	5,5	8,4
	1 блюдо		Щи из св. капусты с карт.	250	9,10	107,83	2,09	6,33	10,64
	2 блюдо		Макароны отв.	180	6,40	253,31	6,6	6,35	42,39
	гарнир		Прикадельки из гов. паров.	100/5	43,20	197,0	14,20	13,26	6,8
	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	1,80	41,02
	хлеб черн.								

зав. ст. Хайд Хайдарова

директор Рмуг Мухамадьяров